چاپ بیست و دوم

جوان و انتخاب بزرگ

اصغر طاهرزاده

بسم الله الرحمن الرحیم

جوان و انتخاب بزرگ

نویسنده:

اصغر طاهرزاده

ناشر چاپی:

لب المیزان

ناشر دیجیتالی:

مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

فهرست

جوان و انتخاب بزرگ

مشخصات کتاب

سرشناسه : طاهرزاده، اصغر، ۱۳۳۰ -

عنوان و نام پدیدآور : جوان و انتخاب بزرگ: من کو؟! تاثیر حرکات ورزشی بر روح/ اصغر طاهرزاده.

وضعیت ویراست : [ویراست ۲].

مشخصات نشر : اصفهان : گروه فرهنگی المیزان، ۱۳۹۲.

مشخصات ظاهری : ۸۰ ص.

فروست : سلسله مباحث معرفت دینی. انسان شناسی؛ ۱.

شابک : ۲۰۰۰۰ ریال ۹۷۸-۹۶۴-۲۶۰۹-۴۲-۰ : ؛ ۱۵۰۰۰ ریال (چاپ بیست و یکم) ؛ ۲۰۰۰۰ ریال(چاپ بیست و سوم)

وضعیت فهرست نویسی : فاپا(چاپ بیست و دوم).

یادداشت : چاپ بیست و دوم.

یادداشت : چاپ بیست و یکم و بیست و سوم: ۱۳۹۲.

موضوع : جوانان مسلمان

موضوع : تربیت اخلاقی

موضوع : اخلاق اسلامی

رده بندی کنگره : BP۲۳۰/۱۶۵ /ط۱۸ج۹ ۱۳۹۲

رده بندی دیویی : ۲۹۷/۴۸۳۶

شماره کتابشناسی ملی : ۲۹۰۰۱۶۴

ص: ۱

اشاره

جوان و انتخاب بزرگ

من کو؟!

تأثیر حرکات ورزشی بر روح

اصغر طاهرزاده

ص: ۳

فهرست مطالب

ص: ۶

مقدمه

باسمه تعالی

۱- از آن جایی که دوران جوانی، جدّی ترین دوران زندگی به حساب می آید و جوانان باید در این دوران با ابعاد جدّیِ زندگی خود روبه رو شوند و با توجه به این که تربیت باید گرم و جدّی باشد و نه سطحی و غیر جذاب، مباحثی که در پیش رو دارید با همین رویکرد خدمتتان عرضه می شود. این مباحث را استاد طاهرزاده در سخنرانی های خود با جوانان در میان گذارده اند، به امید آن که اولاً: نسل جوانِ جامعه به بهانه ی این که باید به جوانان سخت گیری نکرد، از معارف حقیقی و جدّی محروم نمانند. ثانیاً: روشن شود می توان معارف جدّی را با زبانی روان با جوانان در میان گذارد و روح آن ها را متوجه حقایقی کرد که در همه ی صحنه های زندگی به کارشان آید حقایقی که فطرت شان به دنبال آن ها است.

ص: ۷

۲- به گفته ی عرفا انسان تنها فضائلی را در دیگر اشخاص تصدیق می کند که از آن فضائل عاری نباشد، بنابراین اگر جوانان در همان دوران جوانی متخلق به کمالات انسانی و الهی نگردند معلوم نیست قبول کنند که آن کمالات در سایر انسان ها وجود دارد و در همین راستا مباحث کتابی که در پیش رو دارید با نظر به معرفت نفس و به شکل حضوری تدوین شده تا جوانان ما بتوانند فضائل الهی و انسانی را در خود بیابند و متخلق به آن شوند.

۳- از طریق معرفت نفس انسان ها می توانند معنای حضور رب العالمین در هستی را بفهمند، همچنان که می فهمند ارتباط با خدا چه برکاتی برای آن ها دارد، در این راستا است که می گوییم: آن کس که نمی داند در جدایی از خدا چه چیزی را از دست می دهد چگونه پروای رعایت دستورات خداوند را دارد؟

۴- با توجه به این که هرکس به حقیقت خود جاهل است به همه چیز جاهل است و از حقیقت موجودات عالم آگاهی درستی به دست نمی آورد. همچنان که امیرالمؤمنین علیه السلام می فرمایند: «لَا تَجْهَلْ نَفْسَکَ فَإِنَّ الْجَاهِلَ مَعْرِفَةَ نَفْسِهِ جَاهِلٌ بِکُلِّ شَيْ ءٍ»(۱) نسبت به نفس خود جاهل مباش زیرا هرکس به خود جاهل باشد به هرچیزی جاهل است. در این رابطه سعی شده است در این کتاب نگاه جوانان

۱- غرر الحکم، ص ۲۳۳.

عزیز به شناخت نفس خود انداخته شود تا إن شاءالله زمینه ی تأیید معارف بعدی در روان آن ها فراهم گردد.

۵- در این کتاب سه بحث زیر مطرح است:

الف- جوان و انتخاب بزرگ: در این بحث سعی شده است جوانان عزیز متوجه شوند چگونه می توان در دوران جوانی انتخاب های خود را به وسعت قیامت و ابدیّت وسعت دهند و در نتیجه تا آخر عمر در نشاط جوانی باقی بمانند.

ب- من کو؟: در این بحث با زبانی ساده و با مثال هایی در خور فهم جوانان، موضوع مجردبودن روح یا نفس ناطقه ی انسان مطرح شده است که إن شاءالله می تواند زمینه ای جهت تصدیق بسیاری از معارف دینی قرار گیرد.

ج- تأثیر حرکات ورزشی بر روح: از آن جایی که امروز ورزش کردن یک ضرورت است و از طرفی خطر ورود انگیزه های غلط، ورزش کردن را از نتیجه ای که شخص می تواند به دست آورد ساقط می کند؛ در این بحث سعی شده انگیزه های صحیح ورزش مدّ نظر افراد قرار گیرد تا اولاً: جوانان برای ورزش کردن اراده ی دائمی داشته باشند. ثانیاً: بتوانند با ورزش - در راستای تأثیر نفس ناطقه بر جسم- نتایج معنوی و روحانی ببرند. إن شاءالله.

گروه فرهنگی المیزان

ص: ۹

جوان و انتخاب بزرگ

اشاره

ص: ۱۱

بسم الله الرحمن الرحیم

وقتی کارهای ما بر ضد خودمان می شود

این یک قاعده است که انسان به اندازه ای که صحیح فکر کند، صحیح عمل می کند. به همین جهت، آنهایی که خیلی کار می کنند ولی کم فکر می کنند عملاً- کارهایشان بر ضد اهدافی که دنبال می کنند، نتیجه می دهد، چون فکر نمی کنند چگونه در ابتدای کار، راه کارهای رسیدن به نتیجه ی مطلوب را پیدا کنند.

در حمام های قدیم، دلّاک هایی بودند که سر افراد را می تراشیدند، یکی از آن ها وقتی تیغ اش کُند می شد، به تیغ فشار می آورد تا با فشاری که به آن تیغ می آورد و با صرف نیروی بیشتر، سر طرف را بتراشد، درنتیجه پوست سر آن فرد بیچاره کنده می شد. یک بار شخصی به آن دلّاک گفت: «آقای محترم! یک تیغ نو بخر و سر مردم را درست بتراش!» دلّاک با خونسردی تمام که گویا کارش هیچ عیبی ندارد، گفت: «چرا پول بدهم تیغ بخرم، نان می خرم و می خورم تا زورم زیاد شود و بتوانم به تیغ نیروی بیشتر وارد کنم».

ص: ۱۳

در بعضی موارد مَثَل ما، مَثل آن دلّاک است؛ چون عقل مان به کارمان نمی رسد و سعی نمی کنیم به راه هایی فکر کنیم که بهتر به نتیجه می رسیم، دائماً کار می کنیم و در نتیجه دچار مشکلات بیشتری می شویم و باز برای رهایی از این مشکلات، به جای این که ریشه ی مشکلات را پیدا کنیم، باز بیشتر کار می کنیم، آن وقت سراسر زندگیمان می شود پریشانی و پراکندگی.

«شوماخر» می گوید: «غفلت از خردمندی، تا بدان پایه رسیده که ما همواره می کوشیم که یک بیماری را با تشدید علّت های آن شفا دهیم».(۱) مثل آن که امروزه مشکلاتی را که سرعت های زیاد ایجاد کرده است ما با ایجاد ماشین هایی با سرعت بیشتر می خواهیم رفع نماییم.

با توجه به این که «کار»، به تنهایی کارساز نیست و تفکر هم در کنار کار نیاز است و خوب فکرکردن و خوب کارکردن با هم کارساز است؛ می خواهیم روشن کنیم ما در زندگی خود نیاز به دین داریم تا تلاش های خود را در زندگی با بصیرتی که از دین الهی به دست می آوریم جهت دهیم و به نتایجی که می خواهیم دست یابیم.

۱- ایاف- شوماخر، دانشمند انگلیسی در کتاب «کوچک زیباست»

این بحث امروزه در دنیا مطرح است که آیا در ابتدای امر روح جوانان با دین ارتباط دارد و انسان در دوره ی جوانی به خودی خود علاقه مند به دین است و یا ما باید علاقه مندی به دین را با تشویق و تبلیغ در جوانان ایجاد کنیم؟ به عبارت دیگر آیا روح جوانان به طور فطری به دین گرایش دارد و عوامل محیطی یا فرهنگی ممکن است گرایش او به دین را در او ضعیف کنند و یا انسان در جوانی فقط تحت تأثیر غرایز است و باید غرایز فرو بنشیند تا انسان بتواند به دین و دینداری فکر کند؟ برای روشن شدن این موضوع لازم است به مراحل زندگی انسان ها توجه کنیم تا با نظر به مراحل زندگی آن ها جایگاه جوانی و خصوصیات مربوط به آن را در این مراحل درست بشناسیم.

مراحل سه گانه ی زندگی

انسان ها در زندگی خود با سه مرحله ی «کودکی»، «جوانی» و «پیری» روبه رو هستند؛ مرحله ی کودکی مشخصات خود را دارد و از آن جا می فهمیم کسی کودک است که حرکات مخصوصی انجام می دهد که ما به اصطلاح می گوییم انتخاب هایش بچّه گانه است و به اهداف بلندی نمی اندیشد. حال اگر شخص بزرگی همان انتخاب هایی را داشته باشد که کودکان دارند مورد تمسخر و اعتراض بقیه واقع می شود، چون با آن که شخصِ بزرگی است

ص: ۱۵

انتخاب هایش بچّه گانه و دور از انتظار است و این فرد نباید چنین انتخاب هایی را در چنین مرحله از زندگی اش داشته باشد. مثل این که اگر یک شخص سی ساله مثل بچّه ی پنج ساله عروسک بازی کند و یا دوچرخه کودکی را سوار شود و در کوچه و محله بچرخد، این شخص مورد تمسخر و اعتراض واقع می شود. در حالی که اگر یک کودک پنج ساله این کارها را بکند، کسی به او اعتراض نمی کند، چون این کار، کارِ بچّه گانه است و این هم کودک است و باید کارهای کودکانه انجام دهد. آری کودکان انتخاب هایشان کودکانه است؛ و بیشتر به کارهای سطحی و سرگرم کننده می پردازند.

در مقابلِ کودکان که انتخاب هایشان سطحی و زودگذر و برای سرگرمی است، پیرمردها و پیرزن ها را مشاهده می کنیم که مشخصه ی آن ها عبور از آرزوهایی است که یک جوان باید داشته باشد. پیران در حالت طبیعی در شرایطی هستند که نمی توانند به اهدافی فکر کنند که مربوط به یک جوان بیست و پنج ساله است. مثلاً نمی توانید به یک پیرمرد نودساله پیشنهاد کنید مؤسسه ای تأسیس کند تا در آن مؤسسه جوانانی تربیت شوند که پس از مدتی بتوانند به دانشگاه بروند و بعد از فارغ التحصیل شدن برایشان تعدادی کارخانه بسازد و آن ها مهندسان آن کارخانه ها بشوند. در مقابل چنین پیشنهادی خواهید دید که آن پیرمرد طاقت شنیدن چنین برنامه ی وسیعی را ندارد چه رسد بخواهد به آن عمل کند. خدا هم از او

نخواسته است، اگر هم بخواهد در سن نود سالگی چنین کاری را شروع نماید، ممکن است مورد تمسخر واقع شود که پیرمرد نودساله چه آرزوهایی در سر می پروراند. به اصطلاح می گویند: «سر پیری و معرکه گیری!» این مثال برای آن است که روشن شود عموماً انسان ها در سنّ پیری نمی توانند چنین انتخاب های بزرگی را به عهده بگیرند و از این مثال ها می توانیم نتیجه بگیریم که انسان ها در دو مرحله از زندگیِ خود - یعنی در مرحله ی کودکی و در مرحله ی پیری- به جهت روحیه ی خاصی که دارند، نمی توانند انتخاب های اساسی و برنامه های دراز مدت داشته باشند و این اقتضای دوران کودکی و کهنسالی است.

مشخصات جوانان

از آن چه عرض شد می توان نتیجه گیری کرد که «روحیه ی هر انسانی را انتخاب هایش مشخص می کند» و بر اساس همین قاعده می پرسیم به چه کسی جوان می گویند و مشخصات جوانان چیست؟!

با مقایسه با دو مرحله ی «کودکی» و «پیری یا کهنسالی» می توان گفت: جوان؛ کسی است که انتخاب های او اساسی و بلند مدت است و به اهدافی نظر دارد که خیلی سطحی و زودگذر نیست و برای رسیدن به آنها برنامه ریزی می کند. این برای روحیه جوان یک حقیقت است و اگر مطابق روحیه ی خود عمل نکند، یا هنوز از نظر

روحی کودک است و یا پیری است شکسته و فرتوت. مثلاً وقتی فردی که بین هفده تا بیست سال دارد و ما از لحاظ سنّی او را جوان می دانیم، مقداری آب در یک لیوان بریزد و مگسی را در آن بیندازد تا در آب غرق شود، می گوییم او هنوز بچّه است چون انتخابش سطحی و سرگرم کننده و بچّه گانه است و از او چنین انتخابی را انتظار نداریم چون جوان باید انتخاب هایی بزرگ تر از این گونه اعمال داشته باشد، انتظارمان آن است که یک جوان انتخاب هایی وسیع و عمیق و همه جانبه داشته باشد.

در اسلام به انسانِ جوان، انسان رشید می گویند؛ یعنی انسانی که رشد کرده و انتخاب های بزرگ انجام می دهد و به اهداف واقعی و عمیق و به ابزارهای مناسبی که او را به اهدافش می رساند، فکر می کند. اصطلاحاً می گویند فلانی دیگر کودک نیست رشید شده و می تواند تکالیف دینی اش را انجام دهد، یعنی می تواند به موضوعاتی بیندیشد که عمیق تر از موضوعات محدود زندگی دنیایی است.

انتخاب بزرگ

با توجه به این که اگر کسی انتخاب هایش سطحی و زودگذر باشد، کودک است و جوان باید انتخاب های بزرگ و عمیق داشته باشد و افق روح او آمادگی آن را دارد که حتی از دیوارهای محدود زندگی دنیایی عبور کند، می گوییم اگر یک جوان تمام انتخاب و

ص: ۱۸

آرزویش این باشد که بتواند در امور دنیایی موفق شود، آیا این نوع انتخاب ها برای او یک انتخاب بزرگ است؟ آیا این جوان، انتخابی مناسب جوانی اش کرده است و یا این امور، در عین این که ممکن است ضروری باشند، کارهای بزرگی نیستند و او با انتخاب آن امور، انتخابی مناسب جوانی اش نکرده است؟ آری! انتخابِ اموری که مربوط به زندگی در دنیا است مثل موفقیت در کنکور دانشگاه و کسب و کار و شغل، هیچ کدام در جای خود بد نیست، ولی اگر این امور به عنوان انتخاب بزرگ انسان به حساب آمد، انتخابی در شأن روح جوانی اش انجام نداده و حتماً توجّه خواهید داشت که اگر جوان، انتخابی مناسب با شأن جوانی اش نکرد، جوانی شکست خورده و مأیوس خواهد بود که خیلی زود این شکست و یأس در زندگی اش و در اعمالش ظاهر می شود.

اگر انسان جوانی، امور دنیایی مثل قبول شدن در کنکور را انتخاب بزرگ خود بداند و هدف اصلی اش این باشد که به دانشگاه برود، معلوم است که وقتی به دانشگاه رفت باید تعدادی واحد درسی بگیرد و بعد آن واحدها را در طول چند ترم بگذراند و بعد فارغ التحصیل شود و شغلی پیدا کند و بعد ازدواج کند و بچّه دار شود و بعد فرزندانش بزرگ شوند و آن ها را به مدرسه و دانشگاه بفرستد و شغلی برای آن ها پیدا کند، بعد پسرها را زن بدهد و دخترها را به خانه ی شوهر بفرستد. و بعد هم بمیرد... حال آیا این مسیر از ابتدا تا

انتها، واقعاً یک انتخاب بزرگ برای زندگی است؟! بحث بر سر این است که آیا ما حق داریم اموری چنین محدود را انتخاب بزرگ زندگی مان قرار دهیم؟! آیا این انتخاب – در عین حال که ضروری است– انتخابِ بزرگ جوانان به حساب می آید؟! و اگر انسانِ جوانی انتخابِ بزرگ زندگی اش را چنین امور محدودی قرار بدهد، چه می شود؟

عرض شد جوان کسی است که انتخابی مطابق جوانی اش بکند، انتخاب هایی بزرگ و عمیق، وگرنه جوان نیست. اگر از جوان های شکست خورده بپرسید: «چه آرزویی دارید؟»، جواب می دهند: «آرزویمان آن است که جایی کار می کردیم و حقوق نسبتاً خوبی به ما می دادند» همه ی آرزو و انتخابی که دنبال می کنند همین است، در حالی که این انتخاب، یک انتخاب محدود و انفعالی است در محدوده ی نیازهای مادیِ زندگی دنیایی. این جوان با چنین انتخابی روحیه ی خود را کشته و خودش مسئول روحیه ی شکست خورده اش می باشد و وقتی به آرزویش رسید هیچ چیز برایش عوض نمی شود، همان روحیه و همان یأس و سرخوردگی را با خود دارد.

خیانت به جوانی

ابتدا باید این مسئله حل بشود که انتخاب بزرگ چیست و انسانِ جوان اگرچه چیزی را انتخاب کند، آن انتخاب، در شأن اوست و عامل شکست روحیه ی او نمی گردد؟ عرض شد شأن روحیه ی انسانِ

جوان آن است که انتخاب های بزرگ داشته باشد و اگر مطابق جوانی اش انتخاب نکرد، در تمام عمر به جوانی اش خیانت کرده است. از طرفی ملاحظه کردید که اگر انسان به سنّ پیری رسید، دیگر نمی تواند انتخاب های بزرگ داشته باشد؛ هر چند می تواند از انتخاب های بزرگ دوران جوانی اش در مرحله ی پیری نیز استفاده کند و در پیری هم جوان بماند، ولی در سن پیری دیگر به راحتی نمی تواند انتخابی بزرگ داشته باشد.

مصداق انسانی که در پیری هم جوان مانده بود را در حضرت امام خمینی«رضوان الله تعالی علیه» ملاحظه می کردید. وقتی خبرنگار چک اسلواکی(۱)

با حضرت امام در نوفل لوشاتو مصاحبه کرده بود، پس از مصاحبه اقرار می کند: «روحیه ی این انسان، مثل یک جوان بیست و چهارساله است». یعنی روحیه ای پر از حرارت و امیدوار به آینده. زیرا حضرت امام خمینی«رضوان الله تعالی علیه» در مرحله ی جوانیِ خود یک انتخاب بزرگ داشته اند و چون انتخابشان در جوانی بزرگ بوده در دوره پیری هم با همان روحیه ی جوانی به سر می برند، امّا برعکس؛ اگر به زندگیِ انسان هایی که در سن چهل یا پنجاه سالگی پوسیده اند، خوب نظر کنیم می بینیم که این ها در جوانی، به واقع آنچه را در شأن یک انسان جوان بوده انجام نداده اند و از آن انتخاب

۱- در آن زمان مناطقی مثل صربستان و بوسنی در منطقه ی بالکان تحت عنوان کشوری به نام چک اسلواکی مشهور بوده است.

بزرگ که مربوط به دوران جوانی بوده غفلت ورزیده اند و خود را به چیزهای سطحی مشغول کرده اند که هیچ ارزشی نداشته، مثلا به این خوش بوده اند که توانسته اند دزدانه چشم چرانی کنند و یا خیالات خود را با افکار پوچ و یا صحنه های آلوده مشغول نمایند و یا خوشحال بوده اند که از فلان قهرمان ورزشی، یک امضاء بگیرند و یا همه ی تلاش خود را در این صرف کنند که در رشته ای از رشته های ورزشی قهرمان شوند. هرچند اصلِ ورزش برای سلامت جسم و تقویت اراده لازم است ولی قهرمان ورزش شدن نمی تواند اساسی ترین انتخاب و یک انتخاب بزرگ برای زندگی انسان باشد.

همچنان که ملاحظه فرمودید اشخاصی که انتخاب های اصلی شان در زندگی امور سطحی و زودگذر باشد در واقع در جوانی هم پوسیده و شکست خورده اند و این پوسیدگی و شکست در پیری بیشتر ظاهر می شود و علت آن که به چنین روزگاری گرفتار شده اند را باید در آن دانست که در جوانی انتخاب های خود را مطابق با وسعت روحِ ابدی خود شکل نداده اند.

وسعت روح انسان

فراموش نفرمایید که وسعت روح، یعنی وسعت حقیقت انسان تا ابدیّت. چون اصل انسان، بدن او نیست، بلکه اصل انسان، جان و روح او است و روح او هم که همیشه زنده و جاودانه است و بعد از

ص: ۲۲

نـابودی بـدن بـاز موجود است. یعنی مـا خودمان که همان روح و جانمان باشـیم، تا ابـدیّت هستیم. حال اگر درجوانی انتخابی منـاسب بـا ابـدیّت خود نداشـته باشـیم، به جوانی و انسـانیّت خود خیـانت کرده ایم. زیرا اصل انسان به وسـعت ابـدیّت است و همیشه هست.

برای روشن شـدن این موضـوع به عنـوان نمـونه به موضوع «خواب» دقت کنیـد، در خواب هم شـما جـدای از بـدنتان خودتـان هستید. به همین جهت وقتی می خوابید از خودتان غایب نمی شوید تنها نسـبت به فلان شـخص یا فلان مکان که در کنار شما است خواب هستیـد و آن شـخص و یـا آن مکـان را نمی بینیـد، امّا آیـا اصـل خودتان را هم نمی بینیـد و از خودتان جـدا می شوید؟! وقتی خواب دیدید که در خیابان هستید، بعد که بیدار شدید، می گویید: «من خواب دیدم که در خیابان بودم»، هرگز نمی گوییـد: «من خواب دیـدم، غریبه ای در خیابان بود»، بلکه متوجه ایـد خودتان بودید که خواب دیدید در خیابان بوده اید، یعنی در خواب هم خودت، خودت هستی، پس؛ از خودت خواب نیستی، هرچند از بدنت جدا باشی.

وقتی شـما خواب می بینیـد که دارید از خیابان رد می شوید و یا خواب می بینید با دسـتتان یک پرتقال برداشـته اید، در همان خواب بـا چشم خودتان آن پرتقال را می بینیـد و با دست خودتان پرتقال را برداشـته ایـد و با پاهای خودتان در خیابان راه می روید، بدون آن که این چشم و دست و پا که در رختخواب است همراهتان باشد، چون

خودتان بـدون بـدن، چشم و دست و پای مخصوص به خودتان را داریـد، هرچند این چشم و دست و پایِ گوشتی را آن جا با خود نداریـد، پس بـدون این بـدن، خودتـان، خودتـان هستیـد بـا چشم و دست و پای مخصوص به خودتان و یا مثلاً وقتی سـر کلاس نشسـته اید و در خیالات خود غرق هستید، بعد معلّم در کلاس مطلب خنده داری را تعریف می کند و همه می خندند، شما به خودتان می آیید و می گویید: چه شد؟ چه گفت؟ مگر شـما، گوش و چشم تان سـر کلاس حاضـر نبود، مسلّم چشم و گوش و بدن مادّی شـما در کلاس حاضـر بود، پس چه کسی نبود که این گوش مادی نشنید؟ این چشم و گوش مادی مربوط به بـدن شـما است. ولی چون «خودتـان» در کلاس حاضـر نبودیـد و غرق خیالاتتان بودیـد این گوش مادی نشـنید، پس معلوم است شـنونده و بیننـده ی واقعی که خودتـان هستیـد در کلاس نبـود و این چشم و گـوش ابزار خودتـان است که بـدون شـما خودش کارآیی ندارد.

شما بدنتان نیستید، شـما خودتان هستید و فقط هستید، آری شما در حدّ خودتان «فقط هستید» و خودتان را احساس می کنید و خودتان زنـده ایـد، آری زنده اید؛ اصـلاً انسان مرگ به معنای نابودی ندارد، همیشه زنده است، همیشه بیدار است، حتی وقتی هم که بدنش خوابید، بیدار است و خواب می بیند.

ص: ۲۴

انسان، می بیند که می میرد

به نظر شـما آیا انسان می میرد یا می بینـد که می میرد؟ اگر کمی در مورد خودتان دقت کنیـد متوجه می شویـد که هیچ کس نمی میرد، بلکه هرکس می بیند که می میرد. همین طور که اگر شما یک دستتان قطع شد، می بینید که دستتان قطع شده، حالا اگر دست دیگرتان هم قطع شود، باز هم می بینیـد که دو دسـتتان قطع شـده، اگر دو پایتان هم قطع شود، می بینید که پاهایتان قطع شـد، حالاـ اگر دست هـا و پاهایتـان قطع شود، آیـا «منِ» شـما هم کم می شود؟ یعنی نیمْ مَن می شویـد؟ یا همان مَنِ قبلی هستیـد و بـاز هم می گوییـد: «من»؛ پس همین طور که با جداشـدن بعضـی از اعضاء بـدنتان، منِ شـما کم نمی شود، اگر تمام دست و پا و بدنتان هم جدا شود، چیزی از مَنِ شما کم نمی شود و می بینید که می میرید.

همـان طور که اگر یـک دست شـما قطع می شـد، می دیدیـد که دیگر آن دست، در اختیـار شـما نیست، حال اگر تمام اجزاء بـدنتان هم قطع شود، می بینیـد که تمام بـدنتان دیگر در اختیار شـما نیست. این حالت را می گویند: «مردن». قرآن می فرماید: «اَللّهُ یَتَوَفَّی الْأَنْفُسَ حِینَ مَوْتِها وَالَّتی لَمْ تَمُتْ فِی مَنامِها»(۱) خداوند انسان ها را در هنگام مرگ و هنگام خواب می گیرد. پس طبق فرمایش قرآن، انسان در موقع مرگ

ص: ۲۵

۱- سوره ی زمر، آیه ی ۴۲.

نابود نمی شود بلکه توسط خدا گرفته می شود، بدون آن که بدن او گرفته شود. اگر کمی خودتان فکر کنید متوجه می شوید شما هیچ وقت نمی میرید و آن کسی که می بینید که می میرد و از بدنش جدا می شود، همیشه با خودش هست.

امام سجاد علیه السلام می فرمایند: «اِنَّ الْمُؤمنَ لَیقالُ لِروحِهِ وَ هُوَ یغَسَّل: اَیَسُرُّکَ اَنْ تُرَدَّ اِلی الْجَسَد الّذی کُنْتَ فیه؟ فَیَقُولُ: ما اَصْنَعُ بِالْبَلاءِ وَ الْخُسْرانِ وَ الْغَمِّ».(1) در حالی که بدن مؤمن را غسل می دهند، به روح او گفته می شود آیا دوست داری به بدنی که در آن بودی برگشت داده شوی؟ می گوید: «در آن حال، گرفتاری و خسران و غم و اندوه آن را چه خواهم کرد؟» حتّی وقتی می خواهند بدن او را در قبر بگذارند، می بیند که بدنش را در قبر می گذارند. به همین خاطر به ما دستور داده اند بدن مرده را آرام در قبر بگذارید، چون بر روحش اثر می گذارد. خودش در بدنش نیست، امّا ناظر بر آن است و حالاتی را که بر بدنش می گذرد حس می کند و از آن حالات متأثّر می شود.

نتیجه این شد که انسان هیچ وقت نمی میرد، انسان فقط و فقط، هست و همواره وجود خود را احساس می کند، این بدن انسان است که می میرد و هم اکنون نیز در حال تغییر است، به طوری که موها و سلول ها و پوست های یک سال پیشِ بدن شما حالا همان ها نیستند.

ص: ۲۶

۱- بحارالانوار، ج ۶، ص ۲۴۳.

بـدن شـما به گفته ی دانشـمندان زیست شناسـی پس از مـدتی تماماً عوض می شود و دیگر آن بدن قبلی نیست. ولی خودتان همان خود قبلی هستید و این نشان می دهد که شما همواره خودتان هستید و عامل ثبات بدنتان نیز می باشید وقتی به این نتیجه رسـیدیم که انسان خودش، بـدنش نیست که با مردن از بین برود، بلکه او به وسـعت ابـدیّت همیشه زنده است، اگر انتخابی به وسعت ابدیّت نکرد، انتخاب بزرگ خودش را انجام نداده و اگر انتخاب بزرگ خود را که انتخابی در شأن جان اوست، انجام ندهد، انتخابی که باید انجام دهد انجام نداده است.

کودکان سالمند

در «روان شناسی»، در مکتب «پیاژه»(۱)

روشی هست که سنّ افراد را می توان از روی انتخاب هایشان تعیین کرد که تحت عنوان «نظریه ی اخلاقی پیاژه» مشهور است. «اورنس کُهلبرگ» روانشـناس آمریکـایی از پیروان مکتب پیاژه در پی تحقیقی که بر روی مردم آمریکا انجام داده و سنّ افراد را از روی انتخاب های آنها تعیین نموده در یک

۱- «ژان پیـاژه» از صاحب نظران روان شناسـی رشـد است که در سال ۱۸۹۶ در سوئیس به دنیـا آمـد و در سال ۱۹۸۰ چشم از جهـان فرو بست. وی بیشترین همت خود را در ارتبـاط بـا جریان تفکر و نظام شـناختی کودک صـرف کرد و به مطالب خوبی دست یافت. «کُهلبرگ» روان شـناس آمریکایی نظریه ی رشدِ اخلاقی پیاژه را را بسط داد و مراحل شش گانه ای را برای رشد اخلاقی مطرح کرد که شامل مراحل سنین زیر هفت سالگی تا پس از بیست سالگی می باشد.

نتیجه گیری عجیب می گوید: «اغلب بزرگ سالان آمریکایی در سطح اخلاقیِ مراحل سوم و چهارم یعنی چهارده سالگی عمل می کنند و درصد کمی از مردم به سطح اخلاقِ «مافوق قراردادی» دسترسی پیدا می کنند. او معتقد است در آمریکا حتی بزرگ سالانی وجود دارند که تفکر اخلاقی رشد نایافته ی پیش از «قراردادیِ» خود را همچنان ادامه می دهند و رفتار اخلاقی خود را بر اساس اجتناب از تنبه و گرفتن پاداش تنظیم می کنند».(۱)

زیرا مردم وقتی تحت تأثیر فرهنگ غربی و مکتب حسّی باشند، انتخاب هایشان عمیق و درازمدّت و واقعی نیست و از نظر انتخاب های منطقی، در چهارده سالگی -که شروع انتخاب های بزرگ می تواند باشد- متوقف شده اند و از نظر فکری رشد لازم را نکرده اند، حتی اگر از نظر سنّی پنجاه ساله هم باشند چون نتوانسته اند در جوانی انتخابِ بزرگ خود را انجام بدهند، در کودکیِ خود متوقّف شده اند و عملاً از نظر روحی به جوانی نرسیده اند.

شما در همه جا سراغ دارید انسان هایی را که مثلاً با این که چهل سال دارند ولی از برنامه های کارتونی که تماماً بازی خیالات است، خوششان می آید، اگرچه می دانند که این برنامه ها خیالاتی و غیر واقعی است. این اشخاص هنوز انتخاب بزرگ خود را انجام

ص: ۲۸

۱- کتاب روان شناسی تربیتی، درس مشترک مراکز تربیت معلّم، کد ۱۰۱۹، ص ۴۳.

نـداده انـد و در حـدّ خیال مانده اند در حالی که یک انسان عاقل هرگز نمی تواند با خیالاتِ غیر واقعی خوش باشد و با همان ها خود را راضـی نگه دارد. وقتی شـما متوجه انتخاب بزرگ خود شدیـد و خواستید همواره خود را در ابدیّت ارزیابی کنید و افق روحتان را تا ابدیّت وسـعت دادید، اگر شخصـی بخواهد یک ساعت برای شما داستان های خیالیِ غیر واقعی تعریف کند، خوشـتان نمی آید، چون متوجّه می شوید این حرف ها جز خیالات غیر واقعی چیز دیگری نیست. اگر جلسه را ترک کردید و یا به او تـذکر دادیـد آخر این حرف های بیهوده چیست، نشان می دهیـد که با به میدان آوردن عقل، اجازه نمی دهید خیالات پوچ در زندگی تان میدان داری کنند، ولی اگر نشستید و گفتید: حالا ببینیم آخرش چه می شود، معلوم می شود هنوز عقل در زنـدگی شـما نقش تعیین کننـده نـدارد زیرا به انتخاب های غیر واقعی تن می دهیـد. این عقل است که بین زنـدگی زودگـذرِ دنیـایی و زنـدگی پایـدار و ابـدیِ قیـامتی، زنـدگی قیامتی را اساس انتخاب خود قرار می دهـد و تنها در کنار انتخاب زنـدگی قیامتی، زندگی در دنیا را ادامه می دهد.

انتخاب واقعی

ملاـحظه کردیـد که انتخـاب هـای غیر واقعی مخصوص کودکـان است، کودکـان هسـتند که عروسک را به عنوان یک انسان واقعی

ص: ۲۹

تصور می کننـد و یا روی ماکت اسب سوار می شوند و می گویند این اسب است و آن چنان ذوق می کنند که گویی سوار بر اسب رسـتم شـده انـد، ولی در واقع سوار ماکت شـده اند. پس کودک، واقعیّت گرا نیست و به همین جهت انتخاب هایش نیز واقعی نمی باشد ولی جوان کسـی است که اولاً؛ انتخاب هایش واقعی است، ثانیاً؛ می تواند انتخابی بزرگ داشته باشد و چون حقیقت انسان، حقیقتی ابـدی است، اگر انتخابی مطابق ابـدیت خود نکنـد، به عمر و جوانی اش خیانت کرده است و همین امر موجب می شود که یأس و افسـردگی او را فرا گیرد، زیرا جواب نیاز روحی خود را درست نداده است. روح او می خواسـته تا ابدیّت وسعت بگیرد ولی او خود را مشغول چیزهای سطحی و محدود کرده است.

اگر شـما یکی، دوسال هر روز بنشینید و کارتون ببینید، اوّل از آن خوشتان می آید، ولی بعد دلتان شور می زند، درست است که نگاه کردن به کارتون را رها نمی کنیـد، حاضـر هم نمی شویـد وسط قصه آن را رها کنیـد و اگر تلویزیون بعد از کارتون، یک فیلم هم داشـته باشـد آن را هم می بینید، ولی باز هم در حین نگاه به فیلم، دلتان شور می زند، می دانید باید بلند شوید و کاری اساسـی انجام دهید امّا نمی دانید چه کار بکنید، می دانید که این کار را نباید انجام بدهید ولی چون نمی دانید چه کار باید بکنید، نگاه کردن به فیلم را ادامه می دهید، اگر فردا و پس فردا را هم به همین نحو بگذرانید، و چند

سال همین رونـد را در پیش بگیریـد، بعـد متوجه می شوید غم شدیدی شـما را گرفته، نمی دانید چه کار بکنید، شدیداً اخمو، بـداخلاق، تنـدخو، بـدرأی، پرخواب، تنبل، غیرجـدّی، غیر شاداب و... خواهید شد. آیا می دانید پدیدآمدن این روحیات برای آن است که انتخابتان مناسب سنّتان نبوده است؟

روح شـما به وسـعت ابدیّت است، و شـما هم جوانید، لذا می توانید انتخابی به بلندی روح خود داشـته باشید. حالا اگر انتخاب شما به وسعت ابدیت شد انتخابی در شأن خود انجام داده اید و هرگز گرفتار آن نوع افسردگی و بداخلاقی که عرض شد نمی شوید.

از خود بپرسـید انتخـابی که مناسب ابـدیّت باشـد چگونه است و چه چیزی را بایـد در آن حالت انتخاب کرد؟ آیا اگر به جای انتخاب بزرگ، تمام دنیا را به شـما بدهنـد جواب انتخاب بزرگ شـما را داده انـد؟ مگر تمام دنیا بزرگ است؟ عرض شد که مثلاً اگر شـما گفتیـد وقتی دیپلم بگیرم دیگر راحت می شوم، می بینید که این طور نیست، بعد که دیپلم گرفتید می خواهید به دانشگاه بروید، بعد در دانشگاه مشغول گذراندن واحدهای درسی می شوید و بالاخره فارغ التحصیل می گردید و بعد ازدواج می کنیـد، هرچه در این مسـیر پیش برویـد مشـکلات بیشتر می شود، بعـد تهیّه ی خانه، بعـد بچّه دارشـدن، بعـد بزرگ کردن کودکان و تحصیلات آن ها و... آیا این نوع انتخاب ها که مربوط به زندگی دنیایی است می تواند همان

انتخاب بزرگ انسان باشد؟ یا این که هرچه در این امور پیش برویم، مشکلات و غصّه ها بیشتر می شود. پس اگر تمام دنیا را به شما بدهند نه تنها چیز بزرگی به شما نداده اند بلکه تمام غصّه ها را به شما داده اند. به همین جهت از خود بپرسید اگر دنیا را انتخاب کردید و همه ی دنیا را به شما بدهند، این انتخاب بزرگ شما خواهد بود؟ مسلّم تصدیق خواهید کرد، نه تنها انتخاب بزرگی نکرده اید بلکه با توجه به وسعت روح انسان، این نوع انتخاب، انتخاب کوچکی است. این ها انتخاب های فرعی و کوچکی برای گذران زندگی دنیایی هستند.

علت آن که انتخاب دنیا با غصّه های زیاد همراه است مربوط به وسعت روح است و این که انتخاب بزرگ باید مربوط به روح باشد که ابدی است و لذا اگر انسان دنیا را انتخاب کرد نسبت به روح خود، مقصد کوچک و محدودی را انتخاب کرده است. خداوند در وصف دنیا می فرماید: «مَتاعٌ قَلِيلٌ»(۱) یعنی دنیا کالایی است کم و بهره ای است محدود. به همین دلیل، دنیا نمی تواند به جای انتخاب بزرگ روح جوان قرار گیرد و اگر دنیا را انتخاب کند نسبت به روح خود چیز بسیار کوچکی را انتخاب کرده است. معلوم است که وقتی روح، خود را گرفتار قفس دنیا کرد، مأیوس و سرخورده و افسرده خواهد شد.

۱- سوره ی آل عمران، آیه ی ۱۹۷.

چگونگی انتخاب ابدیت

باید از خود بپرسیم چگونه می توانیم ابدیّت را انتخاب کنیم که در عین محروم نشدن از زندگی دنیایی و فعالیت های اجتماعی، انتخابی انجام داده باشیم که در انتها با یأس و افسردگی روبه رو نگردیم؟ وقتی با این سؤال درست برخورد کنید به خوبی به این نتیجه خواهید رسید که اگر بخواهید به جوانی تان خیانت نکنید، مطمئناً و مطمئناً فقط باید شریعت الهی را که جوابگوی نیاز و عامل هدایتِ بُعد ابدی شماست، انتخاب نمایید زیرا شریعت الهی یعنی رمز و راز و راه و رسم زندگی در دنیا تا در دنیا در عین فعالیت های مناسب دنیا، حیات ابدی خود را پُر رونق و پُر ثمر کنید.

به خوبی می توان به این نتیجه رسید که هر جوانی شریعت الهی را انتخاب نکند، روحش جوان نیست و روح خود را از راه تغذیه کردنِ نیاز حقیقی اش که همان توجه به زندگی ابدی است، از نشاط لازم محروم کرده و خود را به مقصدهای کوچک و زودگذر مشغول کرده است. او به واقع روح بلند وجوان خود را در دیوارهای تنگ آرزوهای دنیایی محبوس نموده و به پوچیِ جان خود تن داده است.

ابعاد متضاد روح جوان

همچنان که خودتان نیز تجربه کرده اید؛ بعضی از روانشناسان این نکته را متذکر شده اند که جوانان در اوج غلبه ی میل های غریزیِ

دوران جوانی، یک نوع کشش شدیدی نسبت به مسائل دینی دارند. زیرا در دوران بلوغِ جوانی دو نوع میل و کشش در جوان رشد می کند، یکی میل های غریزی و دیگری میل های فطری و این جاست که جوان در دوران جوانی بین دو گرایش قرار می گیرد. یکی گرایش به شهوت و امیالی که بدن او در او پدید می آورد و دیگری گرایش به دین که فطرت او در او ایجاد می کند و جوانان در بین دو بُعد یعنی گرایشِ به غریزه و گرایشِ به فطرت باید شخصیت خود را معلوم کنند، زیرا عملاً در دوران جوانی و همراه با فرارسیدن بلوغ، زندگی انسان که همراه است با آزمایش و امتحان، شروع می شود و گرایش های غریزی و فطری به جوشش می آیند و اگر انسان در این دوران بتواند به گرایش های فطری اش جواب دهد و شریعت الهی را انتخاب اصلی و بزرگ خود قرار دهد، به خود خدمت کرده وگرنه به جوانی خود خیانت نموده است. در این صورت انتخاب بزرگ زندگی اش را رها کرده و انتخاب های کوچک را گرفته و اسیر گرایش هایی شده است که از نوع انتخاب های کوچک و زودگذراند. در این حال است که سرخوردگی ها و پوچی ها سراسر روحش را فرا می گیرد و ناخودآگاه برای نجات از پوچی های پیش آمده، خود را در ورطه ی شهوات رها می کند و در نهایت هیچ می شود و هیچ و در این حال باید خود را ملامت کند.

جایگاه شریعت در زندگی

شریعت؛ مجموعه ی باورها و دستوراتی است که خداوند از طریق پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم، برای انسان ها فرستاده تا ما را در انتخاب بزرگ خود یاری کند. خداوند به انسان ها متذکر می شود که اگر می خواهید در زندگی موفّق باشید، باید انتخاب های شما در زندگی با نظر به حیات ابدی تان باشد.(۱)

حال اگر کسی قیامت را انتخاب بزرگ خود قرار داد نمی تواند دنیا را و افتخارات دنیا را اساس زندگی خود قرار دهد، مسلّم این دو با هم جمع نمی شوند. اگر کسی تصور کرد این دو با هم جمع می شوند در واقع بدون آن که بخواهد، به خودش دروغ می گوید. چون با انتخاب قیامت، همه ی دنیا واهداف آن، برای ما کوچک و ناچیز می شوند و عملاً انتخاب بزرگ ما را تشکیل نمی دهند. چون قیامت را که شرایط ابدی زندگی است انتخاب کرده ایم. آری برای کوچک و حقیر دیدن دنیا و بزرگ و با عظمت دیدن قیامت، شعور بزرگی نیاز است، باید انسان متوجه وسعت روح خود باشد و خود را همطراز امور کوچک قرار ندهد تا امور کوچک برایش مهم نشوند. موش را ملاحظه کنید؛ این قدر که از

۱- قرآن در آیه ی ۲۶ سوره ی صاد می فرماید: «إِنَّ الَّذینَ یَضِلُّونَ عَنْ سَبیلِ اللَّهِ لَهُمْ عَذابٌ شَدیدٌ بِما نَسُوا یَوْمَ الْحِسابِ» در حقیقت کسانی که از راه خدا خارج می شوند به جهت آن که روز حساب را فراموش کرده اند، عذابی سخت خواهند داشت. یا می فرماید آن هایی که به دین خدا پشت کردند در قیامت در آتش جاودانه اند.(سوره ی بقره، آیه ی ۲۱۷)

گربه می ترسد از شیر نمی ترسد چون شعور درک عظمت شیر را ندارد تا از آن بترسد. از شیر ترسیدن، هنر می خواهد، باید آن حیوان، شعور فهم هیبت و عظمت شیر را داشته باشد و شیر هم برتر از آن است که موش با آن شعور کم از آن بترسد. اما آهو از شیر می ترسد و چون شعور آهو بیشتر از موش است متوجه عظمت و هیبت شیر می شود و از آن فاصله می گیرد ولی موش با دم شیر بازی می کند بدون آن که بفهمد کافی است آن شیر پنجه اش را روی تمام هیکل موش بگذارد. به قول مولوی:

گربه باشد

شحنه ی هر موش خو

موش کِبْوَد؟

تا زِ شیران ترسد او

موش کی ترسد

زشیران مصاف؟!

لیک ترسند،

آهوان مشک ناف

تنها آدم های عمیق و دقیق و فکور، از خدا می ترسند و عظمت و ابهت او را درک می کنند، نه آدم های کم عقلِ بی بند و بار و نادان. شما خودتان این موضوع را می توانید در جامعه تجربه کنید که چگونه مؤمنین واقعی به جهت بهره مندی از شعوری بلند، نظر به ابدیتِ خود دارند و از خوف الهی که مانع بی بند و باری می شود بهره مند اند و به خوبی دستورات الهی را رعایت می کنند. ملاحظه می کنید که بر عکس انسان های بی فکر و کم عقل، انسان های حکیم و متفکّرِ جامعه خداترسند. خداوند در قرآن می فرماید: «اِنَّما

يَخْشَى اللهَ مِنْ عِبادِهِ الْعُلَمَاء»(۱) فقط در بین بندگان خدا، آنان که به واقع عالم اند از خدا می ترسند. یعنی آن ها که اندیشه های بزرگ دارند و حقایق عالَم را می شناسند از خدا می ترسند، چون عالمان واقعی دنیای کوچک را کوچک و حقیر می بینند و خدای بزرگ را بزرگ و با عظمت می یابند و به همین جهت هم عرض شد؛ انتخاب دنیا و آخرت به عنوان دو انتخاب بزرگ برای انسان های اندیشمند ممکن نیست، زیرا این ها دنیا را کوچک و حقیر می بینند و هیچ عاقلی چیز کوچک و حقیر را انتخاب بزرگ خود قرار نمی دهد.(۲)

۱- سوره ی فاطر، آیه ی ۲۸.

۲- حضرت امیرالمؤمنین علیه السلام در وصف متقین می فرمایند: «مَنْطِقُهُمُ الصَّوَابُ وَ مَلْبَسُهُمُ الِاقْتِصَادُ وَ مَشْيُهُمُ التَّوَاضُعُ خَضَعُوا لِلَّهِ بِالطَّاعَهِ فَبُهِتُوا غَاضِّينَ أَبْصَارَهُمْ عَمَّا حَرَّمَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ وَاقِفِينَ أَسْمَاعَهُمْ عَلَى الْعِلْمِ النَّافِعِ لَهُمْ نَزَلَتْ أَنْفُسُهُمْ مِنْهُمْ فِي الْبَلَاءِ كَالَّذِي نَزَلَتْ بِهِمْ فِي الرَّخَاءِ رِضاً مِنْهُمْ عَنِ اللَّهِ بِالْقَضَاءِ وَ لَوْ لَا الْآجَالُ الَّتِي كَتَبَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ لَمْ تَسْتَقِرَّ أَرْوَاحُهُمْ فِي أَجْسَادِهِمْ طَرْفَهَ عَيْنٍ شَوْقاً إِلَى الثَّوَابِ وَ خَوْفاً مِنَ الْعِقَابِ عَظُمَ الْخَالِقُ فِي أَنْفُسِهِمْ وَ صَغُرَ مَا دُونَهُ فِي أَعْيُنِهِمْ فَهُمْ وَ الْجَنَّهُ كَمَنْ قَدْ رَآهَا فَهُمْ فِيهَا مُنَعَّمُونَ وَ هُمْ وَ النَّارُ كَمَنْ قَدْ رَآهَا فَهُمْ فِيهَا مُعَذَّبُون». (الأمالي صدوق، ص ۵۷۰) گفتارشان از روی راستی است، پوشاک شان میانه روی و رفتارشان تواضع و فروتنی است. با اطاعت و فرمانبرداری برای خدا خضوع کردند، پس مبهوت [جمال او] شدند، از آنچه خدا بر آن ها حرام کرده است، چشم پوشیده اند و به شنیدن علمی که برایشان سودمند است گوش فرا داده اند. در سختی و گرفتاری، چنان به سر می برند که در آسایش و خوشی، و این، در اثر رضایت آن ها از قضای خداوند است. اگر خداوند وقت مرگشان را معیّن نکرده بود، ارواح شان از شوق رسیدن به پاداش و از ترس عقوبت و عذاب، یک چشم به هم زدن در بدن هایشان قرار نمی گرفت. آفریدگار در جانشان بزرگ، و هرچه غیر اوست، در نظرشان کوچک است. آن ها مانند کسی هستند که بهشت را دیده و در آن متنعّم است و یا دوزخ را مشاهده کرده و در آن معذّب است.

وقتی انسان، انتخاب بزرگ در زندگی ندارد

شما نیز بایـد زنـدگی خود را بازخوانی کنیـد تا ببینیـد آیا در زندگیِ خود انتخاب بزرگ دارید یا نه؟ بعضـی از فوتبالیست ها تمام آرزویشان در زندگی این است که بتوانند در بازی های جهانی چند گل بزنند و نامشان جزء بزرگ ترین گل زنان جهان ثبت شود، تمام انرژی حیاتشان و تمام عمرشان خلاصه شده در این که توپ را داخل دروازه بزنند و وقتی هم که گل می زنند بسیار خوشحال می شونـد و خـدا می دانـد چه حالی دارند. اگر انتخاب بزرگ انسان همین شود که مثلاً گل بزند، این خیلی برای انسان خطرناک است و در واقع این انسان ها انتخاب بزرگ ندارنـد. آیا این که انسان در بازی فوتبال یک سالی مرد گل دنیـا شود، انتخاب بزرگ است یا کوچک؟ در حالی که سال بعـد کس دیگری مردِ گل دنیا خواهـد شـد و همه ی مردم، مردِ گل سال قبل را فراموش می کنند. قرآن می فرماید: ای انسان ها! بازی بکنید، ولی بدانید و به یاد داشته باشید که بازی، بازی است.(۱)

بازی موقعی خطرناک و غیر مفید است که آن را بازی

ص: ۳۸

۱- قرآن در آیـه ی ۲۰ سوره ی حدیـد می فرمایـد: زنـدگی دنیـایی عبـارت است از «بازی» و «سرگرمی» و «تفاخر نسبت به همـدیگر» و «جمع آوری مال و قـدرت». یعنی اگر به این چیزها مشـغول شدیـد بدانید مشغول بازی های دنیایی شده اید و لذا این کارهـا را قسـمت اصـلی زنـدگی خود قرار ندهیـد تـا از قیامت باز نمانیـد زیرا زنـدگی در دنیا برای تعالی، غیر از زنـدگی دنیایی است و قرآن زندگی دنیایی را بازی و سرگرمی و تفاخر می داند نه زندگی در دنیا را.

نـدانیم و آن را اصل زنـدگی خود قرار دهیم. شـما همه بایـد بازی کنید، اما اگر بازی به عنوان قسـمت جدّی زندگی شد، این خیلی خطرنـاک است چون در آن صورت دیگر به فکر انتخاب بزرگِ زنـدگی تان که بایـد به وسـعت بُعـد ابـدی تان باشـد، نخواهید بود. این که امروز می شـنوید در بازی های جهانی کُشت و کُشتار می شود به جهت آن است که بازی هایشان به بُعد جدّی زنـدگی شـان تبـدیل شـده است، و انتخـاب بزرگشـان بـازی ها و سـرگرمی هایشان شـده! اگر انتخاب بزرگ تان فقط موفقیت در زندگی این دنیایی بشود، این خطر را باید برای خودتان احساس کنید که چگونه برای اموری حقیر این همه انرژی صرف می کنیـد. اگر خانه و پول و شـهرت، انتخاب بزرگ تان بشود، چیزهای حقیری را به جای انتخاب بزرگ تان قرار داده ایـد و اگر این چنین شد وقتی به مرحله ی سالمندی رسـیدید به انسانی سـرخورده و مأیوس تبدیل می شوید. علّت این که عدهّ ای از سن چهـل سـالگی به بعـد مـأیوس و شـکست خـورده انـد این است که جـوانی خود را درست مـدیریت نکرده انـد و به انتخاب بزرگی که در شأن جوانی شان بوده و مناسب با بُعد ابدی شان باید می بود، دست نزده اند.

دین داری؛ انتخاب بزرگ انسان

دین الهی؛ یعنی مجموعه ی عقایـد و اخلاق و آدابِ صـحیح در دنیا که با پذیرفتن آن، ابدیّت خود را آباد می کنیم و به اُنس با خدا

دست می یابیم. شـما نماز می خوانیـد تا انتخاب بزرگی که در رابطه با ابـدیّت خود کرده اید، برایتان بماند. مسلّم نماز چیزی نیست که کسـی براساس عادت بخواند، کسـی که نماز می خواند آن را انتخاب کرده است و به هدفی بسیار متعالی نظر دارد، هدفی که از همه ی دنیا بزرگ تر است. شـما نیز اگر جوانید و بخواهید جوانی کرده باشید، انتخاب بزرگتان را قیامت قرار می دهیـد و در آن صورت توجه دائم شـما به ابدیّت و قرب به خدا خواهد بود و چون قرب الهی طوری است که باید آن را حفظ کرد و حفظِ ارتباط با خـدا با نظر به شـریعت الهی و عمل به دسـتورات آن ممکن است، نماز می خوانیـد و به سایر دسـتورات الهی عمل می کنیـد. اگر به شـریعت الهی پشت کنیـد ارتباط با خـدا و جـدّی گرفتن ابدیت را از دست خواهید داد و اگر این ارتباط و توجه از دست برود، انتخاب بزرگتان از دست می رود.

اگر انتخاب بزرگ انسان به وسعت روح ابدی اش بود و هدف اصلی او موفقیت در زندگی قیامتی شد، حال اگر کنکور قبول شود می گوید: «الحمدلله» و به راحتی فعالیت های دانشگاهی خود را ادامه می دهد، بدون آن که حرص بزنند و یقیناً اضطراب هـایی که بقیه دارنـد در او نیست، چون این نوع موفقیت هـا را در کنار زنـدگی خود قرار داده است و اگر هم در کنکور قبول نشـد می دانـد خـدا بزرگ است و هرگز مـأیوس نمی شـود، چون ضـرری به هـدف اصـلی او وارد نشـده است، بلکه می داند خداوند راه دیگری غیر از تحصیل در دانشگاه را

برای او پیش می آورد. همچنان که وقتی با جدّی دانستن قیامت، صاحب خانه شدید می گویید «الحمدلله» و اگر هم تا آخر عمر اجاره نشین بودید، باز می گویید «الله اکبر». چون خانه دارشدن انتخاب بزرگ زندگی شما نبود که با نداشتن خانه از انتخاب بزرگ خود محروم شده باشید و گرفتار یأس شوید.

ریشه ی یأس

وقتی انتخاب بزرگ انسان قیامتی باشد آن انتخاب برای انسان یک نوع شادی و شعف درونی به همراه می آورد، زیرا هدفی را دنبال می کند که همواره قابل دسترسی است و حادثه های دنیایی نمی توانند آن را از او بگیرند تا ناراحت شود و به همین جهت تأکید می کنیم با انتخابِ زندگیِ ابدی، به عنوان اساسی ترین هدف، دیگر فرورفتگی و خردشدن در خود - که برای اهل دنیا هست- برای انسان پیش نمی آید و گرفتار یأس و افسردگی نمی گردد. در شرایطی که انتخاب اصلی انسان حیات ابدی اوست، یأس معنی ندارد. یأس با کفرِ به خدا و رحمت الهی پیش می آید و مربوط به کافران است.

قرآن کریم می فرماید: «اِنَّهُ لاـ يَئأَسُ مِنْ رَّوْحِ اللّهِ اِلاَّ الْقَوْمُ الْكافِرونَ»(۱) یعنی مأیوس و سرخورده از رحمت خدا نیستند، مگر کافران. چون

ص: ۴۱

۱- سوره ی یوسف، آیه ی ۸۷ .

آن ها جهت زندگی و هدف خود را غلط انتخاب کرده اند، دنیایی را مقصد گرفته اند که همواره در حال گذران و ناپایداری است.

دین اسلام به لطف خدا دین بسیار خوبی است زیرا انتخابی را در مقابل انسان قرار می دهد که آن انتخاب مانع می شود تا ما در غم های امور دنیا بپوسیم و فرسوده شویم.(۱)

از خود بپرسید آیا می توان غیر از اسلام را دوست داشت؟! اسلامی که متذکر و حافظ انتخاب بزرگ ما است و با اطاعت از دستورات آن و تدبّر در حقایقی که با ما در میان می گذارد، مثل تدبّر در قیامت، هر روز انتخاب بزرگ ما را برایمان زنده نگه می دارد و حفظ می کند. نماز می خوانید و در نماز می گویید: «مالک یَوْمِ الدّین» او مالک روز جزا است و یا می گویید: «الله اکبر» یعنی خدا بزرگ تر از آن است که بتوان او را وصف کرد. و چنین خدایی را مقصد و هدف خود قرار داده اید، یعنی حقیقتاً آن بزرگِ واقعی را انتخاب بزرگ خود قرار داده اید و در نتیجه؛ روحتان جوان و با نشاط می ماند و در این صورت به جوانی خود خیانت نکرده اید تا گرفتار افسردگی های شکننده شوید و با یک نوع بی هویتیِ دردآور دست و پنجه نرم کنید. زیرا تنها هویتی که با روح و روان ما هماهنگی دارد هویت دینی است و هویت های فردی و

۱- امیرالمؤمنین علیه السلام می فرمایند: خدای متعال اسلام را تشریع کرد و آن را پوششی برای عاقبت اندیشان و فهمِ تیزبینان قرار داد. (آیت الله جوادی آملی، مفاتیح الحیات، ص ۷۰، نقل از کافی، ج ۲، ص ۴۹).

اجتماعی و ملّی هیچ کدام به تنهایی نمی توانند ما را درست معنا کنند و جوانان جامعه ی ما را از بحران هویت رهایی ببخشند. بحران هویت در انسان به معنای غفلت از وسعت ابـدی انسان و بی خدا ماندن اوست زیرا در چنین فضایی عملاً انسان خود را -که همـان ابـدی بودنش می باشـد- فراموش کرده. زنـدگی برای چنین انسان هایی به قـدری بی معنا می شود که نمی توانند برای خود معنـایی داشته باشـند، حتی نمی داننـد ایرانی باشـند یـا غربی، مسـلمان باشـند یـا نباشـند. نمی داننـد به دنبـال افکار خودشان باشـند یا نباشـند، حتی نمی داننـد دختر باشـند یا پسـر، لباس کدام را بپوشـند. خیلی راحت اسـباب دست دیگران می شونـد، خـدمت و خیانت را تشـخیص نمی دهنـد. چون حقیقت خود را که یک موجود ابدی است و باید مطابق حقیقت خود، زندگی را انتخاب کند، فراموش کرده و من حقیقی را که «منی» است بزرگ تر از «منی» که به بدن نظر دارد، نمی نگرد.

در یک جمع بنـدی روشن شـد تنها انسان در مرحله ی جوانی می توانـد انتخابی بزرگ داشـته باشد و انتخاب بزرگ، انتخاب چیزی است که با روح بزرگ انسان - که یک واقعیت پایدار و جاودانه است- تناسب داشته باشد.

پس اگر کسی در دوره ی جوانی موفقیت در زندگی ابدی را هدف اصلی و انتخاب بزرگ خود قرار داد انتخابی مطابق روح

جوانی اش انجام داده و روح بزرگ خود را مشغول دنیای کوچک نکرده است تا جان او افسرده و مأیوس و فرسوده شود.

خداوند به همگی ما توفیق دهد تا در انتخاب بزرگ خود موفق باشیم، در این صورت هیچ وقت گرفتار غصّه های فرسایشی نخواهیم شد. إن شاء الله.

«والسلام علیکم و رحمهالله و برکاته»

ص: ۴۴

من کو؟!

اشاره

ص: ۴۵

بسم الله الرحمن الرحیم

از این که خدمت نوجوانان عزیز هستم خیلی خوشحالم و این را یک لطف الهی می دانم. به بهانه ی این که صحبتی با هم داشته باشیم، مطلبی را بیان می کنم تا به کمک خداوند بتوانید از این مطلب در طول زندگی استفاده کنید.

یک بار یکی از فرزندانم اشک ریزان با یک کاغذ پاره وارد اتاق من شد و گفت: نقاشی ام را برادرم پاره کرده است. پرسیدم: چه کسی این نقاشی را کشیده بود؟ گفت: خودم. گفتم: خودت کو؟ دستش را روی سینه اش گذاشت و گفت: این خودم است. گفتم: این که سینه ات است! دستش را روی سرش گذاشت و گفت: این. گفتم: این هم که سرت است! خندید و رفت و اصلاً یادش رفت که نقاشی اش پاره شده است. حالا بالأخره این خودی که این نقاشی را کشیده است کدام است که این سینه و این سر، سینه و سر اوست؟ این سؤال همین طور او را به خودش مشغول کرد که بالأخره من کو؟ تا سال های بعد موضوع به خوبی برایش روشن شد.

ص: ۴۷

مطلب را از خودتان شروع می کنیم، گاهی شما خواب می بینید و صبح که بیدار می شوید می گویید خواب دیدم. خوب حالا چه کسی خواب دید؟ می گویید خودم خواب دیدم. مثلاً خواب دیده اید که دارید از خیابان رد می شوید، یک دفعه یک ماشین می خواهد به شما بزند، از خواب می پرید، می بینید که توی رختخواب هستید و ماشینی در کار نبود. از خود نمی پرسید آن ماشین به چه کسی می خواست بزند؟ وقتی از خواب بیدار شدید می گویید خودم خواب دیدم و ماشین می خواست به من بزند و خودم از خواب پریدم و دیدم توی رختخواب هستم. حالا ـ واقعاً خودتان کدام بودید؟ آن که در رختخواب بود یا آن که خواب می دید. قبول دارید آن که خواب می دید خودتان بودید و آن که در رختخواب بود بدنِ شما بود نه خودِ شما. پس خودتان بی بدن باز خودتان بودید و بدن شما هم، خود شما نبود.

خودم بدون بدنم

بعضی مواقع خواب هایی می بینید که بعداً در زندگی تان واقع می شود، به آن خواب ها «رؤیای صادقه» می گویند. با توجه به این نوع خواب ها از شما می پرسم آیا در رؤیای صادقه خودتان آن جایی بودید که الآن در بیداری با آن روبه رو هستید و یادتان می آید که قبلاً خوابِ همین جا را دیده اید؟ آیا این طور نیست که قبلاً بدون

بـدن به همین جا آمـده بودیـد؟ اگر قبلًا این جا نیامـده بودید چرا حالا کاملًا احساس می کنید قبلًا خودتان این جا آمده اید؟ پس می توان نتیجه گرفت شـما بدون بدنتان خودتان هستید و قبل از این که بدنتان در این محل قرار بگیرد خودتان در این جا بوده اید ولی بدنتان نبوده است، این ها نشان می دهد که ما چه بدن داشـته باشـیم و چه بدن نداشـته باشـیم، خودمان، خودمان هستیم و بدن ما نقشی در حقیقت ما ندارد.

زیست شـناسان می گوینـد: بدن انسان بعد از مدتی تماماً عوض می شود و سـلول های جدیدی جایگزین سـلول های قبلی می گردد ولی شـما باز هم احساس می کنیـد که خودتان همان انسان قبلی هستیـد با این که بدنتان عوض شده است. پس بدن ما، خودِ مـا نیست بلکه ابزار ماست. مثلًا شـما از طریق چشم می بینیـد، ولی در خواب بـدون چشم هم می بینیـد، پس اصلِ دیـدن مربوط به روح است و اصل شـنیدن و فکرکردن و غیره همه مربوط به روح است و این بدن ابزاری است برای این که ما آن را به حرکت درآوریم و از آن استفاده نماییم و به کمک بدن عبادت کنیم تا خودمان رشد کنیم و متعالی شویم.

می بینیم که می میریم

به این دلیـل معتقـدیم بـدن مـا ربطی به حقیقت مـا نـدارد که مثلاًـ وقتی دست و پـای مـا قطع شـد، احساس کمبود در حقیقت خودمان

ص: ۴۹

نمی کنیم و در همین رابطه می دانیم وقتی همه ی بـدنمان هم از روحمان جدا شد و مُردیم، می بینیم که بدنمان مُرد یعنی می بینیم که می میریم. پس بـدن انسـان مثـل عصـایی است در دست انسان، تا روح انسان به وسـیله ی بـدن آن چه را اراده کرده، عملی کند.

به خودت توجه کن، می یـابی که خودت غیر از تنت هستی. همین که شـما به چیزی علم داریـد و نسـبت به آن عـالِم هستیـد، نشـان می دهـد که شـما غیر از آن چیزی هستیـد که به آن علم داریـد. همان طور که شـما به این دیوار علم داریـد، ولی دیوار نیستید همین طور هم شما نسبت به بدنتان علم دارید پس خودتان غیر از بدنتان هستید.(۱)

روح انسان؛ فوق زمان و مکان

جنس روح، جنس بـدن نیست، به همین جهت مکان و زمان برای روح مطرح نمی باشـد، بـدنِ انسان، زمان و مکان دارد و در جای خاصـی قرار می گیرد و دارای سن خاصی است، ولی روح انسان از جنس دیگری است و مقصد و مقصود دیگری دارد، باید خودمان را که غیر بدنمان هستیم بشناسـیم و از به کمال رساندن آن غافل نباشـیم. آن چیزهایی که روح را مشغول به بدن می کنند، مانع سیر روح

۱- این موضـوع در فلسـفه تحت عنـوان «مغـایرت مُـدرِک بـا مُـدرَک» بحث می شـود و فلاسـفه ثـابت می کننـد چون در علم حصـولی، ادراک کننـده ی هرچیز غیر از آن چیزِ ادراک شـده است و چـون هرکس بـدن خـود را درک می کنـد، پس خـودِ انسان غیر از بدن اوست.

می شونـد. مثلاً وقتی غـذا می خوریـد و در خوردن غـذا پرخوری می کنید، روحتان به طور غیر معمول مشـغول هضم غذا می شود و در همان حدّ به دنیا مشغول می گردد و نمی تواند با عالَم غیب ارتباط برقرار کند، ولی وقتی پر خوری نکنید و یا روزه می گیریـد، چون روحتان کمتر گرفتار بدن است بهتر می تواند به سوی عالَم غیب سـیر کند و با خدا ارتباط برقرار نماید، البته سیر روح مثل سیر جسم نیست که روح تغییر مکان دهد، بلکه سیر روح موجب تغییر فهم و شعور و حالت می شود و می تواند با حقایق عالم غیب اُنس بگیرد.

بعد از این مقدمات إن شاء الله چند نکته روشن می شود:

اولاًـ: خودمان بعـد از رهایی از این بـدن، سـیر می کنیم و به قیامت نظر می کنیم و معنی قیامت چیزی غیر از سـیر روح پس از رهـایی از بـدن به عـالمی برتر از این عـالَم نیست، که در آن عـالم، انسـان بیـدارتر می شود و آثار اعمال خوب و بـدش کاملاً برایش روشن گشته و تجسّم می یابد.

ثانیاً: نبوّت یعنی این که یک روحِ خیلی متعالی، به سوی عالم غیب سـیر کرده است و از عالَم غیب، وَحی و دستور العمل های خدا را برای بشریت گرفته و مأمور ابلاغ آن دستورالعمل ها به بشریت شده است.

ثالثـاً: وقتی قلبتان را به آن چه پیامبر صـلی الله علیه و آله و سـلم آورد مؤمن کردیـد و هوس خود را مطابق آنچه شـریعت الهی فرموده، کنترل نمودید، روحتان

می توانـد بـا عـالَم غیب اُنس بگیرد و به سوی آن عالم سـیر کنـد و در آن حال از وحی پیامبر صـلی الله علیه و آله و سـلم بهتر استفاده کند و به بهترین تعالی و کمال دست یابد.

سیر روح به طرف خوبی ها

اگر انسان در دوران جوانی قلب خود را حفظ نکرد و گرفتار انحراف شد، وقتی روح او از بدنش آزاد می شود به طرف همان چیزهایی می رود که حاصل کارهای بد اوست ولی آدم مؤمنی که شریعت الهی را انتخاب کرده، اگر در بدترین مکان ها هم رهایش کنیـد باز به سـمت خوبی ها می رود در حالی که آدم بـد را اگر در بهترین مکان ها هم رهایش کنید، به سـمت فساد می رود. روح انسان اگر در جوانی به سوی گناه و فساد و دروغ نرفت، وقتی با جـدایی از بـدن آزاد می شود، شدیداً می تواند با خوبی های عالم برزخ و قیامت تماس پیدا کند و به بهشت سیر کند.

در جوانانی که هنوز روحشان گرفتار بدی ها نشده خوبی هایی هست که در بقیه ی افراد به این صورت نیست و اگر جوانان با همین روحیه ای که دارنـد به دسـتورات دین عمل کننـد دارای درک و فهمی می شونـد که آن درک و فهم را در هیچ کتابی نمی توان یـافت. جوانان این درک و فهم را از طریق روح آزادشان به دست می آورنـد. در جبهه ی جنگ با جوانی از جوانان دبیرستانی روبه رو شدم که قبلاً

ص: ۵۲

او را می شناختم، در جبهه چند سؤال از بنده پرسید. از سؤالاتش متوجه شدم فهم عمیقی در او به وجود آمده، این شعور را از طریق روح پاکش به دست آورده بود، روحی که همه ی تعلقات را پشت سر گذاشته و برای خدا به جبهه آمده و در نتیجه قلبش آماده شده بود تا با حقایق عالم غیب اُنس داشته باشد. طبق فرمان ولیّ فقیهِ زمانش همه ی تعلقات دوران جوانی را رها کرده بود و برای دفاع از اسلام به جبهه ی جنگ آمده بود و در فضای جبهه به شعوری دست یافته بود که نشانه اش آن سؤالاتی بود که می کرد. سؤالاتش نشان می داد که روحش به راحتی در عالم غیب و معنا سیر کرده است و چیزهایی درک نموده است و حالا در تداوم آن درک و شعور سؤالاتی دارد، بعداً هم شهید شد زیرا کسی که دلش با غیب و خدا آشنا شد، شادی ها و غم هایش متعالی می شود و بهترین شادیش شهادت در راه خدا می گردد و خداوند هم تقاضای چنین بنده ای را بی جواب نمی گذارد.

ارتباط با دنیایی وسیع تر

وقتی روشن شد روح شما، خود شماست و بدنتان ابزارِ روح شما است؛ پس اگر تمام توجّه شما به بدنتان باشد، از خودتان غافل و از کمالات روحی تان محروم می شوید زیرا نظرتان را به چیزی انداخته اید که ابزار شما است و نه حقیقت شما، مثل آن است که

ص: ۵۳

توجه خود را به بیگانه بیندازیم. در همین رابطه مولوی توصیه می کند:

در

زمین مردمان خانه مکن

کار

خودکن کار بیگانه مکن

کیست

بیگانه؟ تن خاکی تو

کز

برای اوست غمناکی تو

بـدن شـما ابزار روح شـماست. اگر تمام وقتتان را صـرف بـدنتان کردیـد، به واقع به خودتان نرسـیده اید. اگر کمی به خودتان دقّت کنیـد إن شاء الله از همین حالا متوجّه می شویـد که راه ارتباط با دنیایِ بزرگ ترِ عالمِ معنا، در درون شـما باز است و از طریق روح خود می توانید با دنیایی بزرگ تر از دنیای مادی مرتبط شوید و در آن حالت روحتان احساس وسعت و تعالی می کند، ولی وقتی ارتباطتان با عالم غیب قطع و کم رنگ شود، مثل آدم های خسته ی افسرده ی پرمدّعایِ خودخواه می شوید.

کسـی که راه به عـالم غیب برایش بـاز شـود - به جهت عظمت عـالم غیب- شدیـداً متواضـع می شود. امـام خمینی«رضوان الله تعالی علیه» می فرمودند: «اگر به من بگویند خدمتگزار، بهتر است از این که بگویند رهبر»(۱)

چون حضـرت امام راه عالم غیب را به روی خود باز کرده بودند و امور دنیا را چیزی نمی دیدند که با داشـتن آن امور خود را بزرگ بدانند. مواظب باشید که نگویید ما فعلاً جوان هستیم بگذارید در

۱- صحیفه ی امام، ج ۱۰، ص ۴۶۳.

حال و هوای جوانی بمانیم و حالا این حرف ها برای ما زود است. این فکر موجب می شود که به شدت از رسیدن به حقیقت عقب بیفتید و هرگز به آن کمالاتی که باید برسید، دست نیابید چون خود را به کارهای بیهوده عادت می دهید و تا آخر همین عادت ادامه می یابد.

عزیزان! چه اشکال دارد که در جوانی در عین آن که بازی می کنید، بزرگ باشید و بزرگی کنید؟ باید کاری کنید که دلتان آلوده نشود وگرنه از ارتباط با غیب بی بهره می مانید. ارتباط با عالم غیب شما را از بسیاری از مشکلات نجات می دهد. شما باید بیش از آن که به عالم مادّه و دنیا توجّه داشته باشید، با عالم غیب ارتباط داشته باشید و از طریق انجام دستورات دین این ارتباط را پیدا کنید. نماز که می خوانید دل خود را متوجه عالم غیب کرده اید و خود را در آن عالم برده اید، زیرا روشن شد توجّه به عالم غیب باعث می شود که منِ شما در آنجا باشد و آنجایی شود، هر چند بدنتان در روی زمین است.

مرگ، ابتدای نشاط

وقتی انسان متوجه شد از طریق ارتباط با عالم غیب و معنویت نجات پیدا می کند و در زندگی دنیایی روح خود را طوری تربیت کرد که با حقایق عالم مرتبط شد وقتی مرگش فرا رسید تازه نشاط و سرور و عیش او شروع می شود و با آنچنان عالمی روبه رو می گردد

ص: ۵۵

که قرآن در توصیف آن می فرماید: «فَلَا تَعْلَمُ نَفْسٌ مَّا أَخْفِيَ لَهُم مِّن قُرَّهِ أَعْيُنٍ جَزَاء بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ»(۱) هیچ نفسی نمی داند چه چیز برای آن ها پنهان شده از آنچه موجب روشنی دیدگان است به پاداش آنچه انجام داده اند. به تعبیر امیرالمؤمنین علیه السلام حقیقت آن پاداش - به جهت عظمت و برکت - به قلب هیچ بشری خطور نمی کند.(۲)

سعی ما باید آن باشد تا در شرایط زندگی دنیایی و در روبه روشدن با امتحاناتِ این زندگی توجه مان به عالم غیب باشد تا با جنبه ی غیبی و الهی حادثه ها آشنا شویم و در نتیجه در ابدیّت و قیامت راحت باشیم. در چنین شرایطی اگر کسی زمینه ی ارتباط با عالم غیب و معنویت را برای شما فراهم کند دوست دارید با او ارتباط و انس داشته باشید. به همین جهت انسان های مؤمن تلاش می کنند به بهترین شکلی که شده با پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم و اهل البیت علیهم السلام مرتبط باشند. زیرا از آن طریق ارتباط آن ها با عالم غیب به بهترین شکل فراهم می شود و در نتیجه ی اُنس بیشتر مؤمنین با عالم غیب از طریق پیامبر خدا و ائمه ی هدی علیهم السلام به آن وجودات مقدّس علاقمند می شوند. از آن جایی که نماز و روزه نیز وسیله ی ارتباط و اُنس با خدا است انسان های مؤمن به نماز و روزه علاقه مند هستند. انقلاب اسلامی را نیز دوست دارند چون وسیله ی ارتباط با عالم غیب است و

۱- سوره ی سجده، آیه ی ۱۷.

۲- امالی صدوق، ص ۲۱۳.

کمک می کند تا نظام اجتماعی ما مطابق مدیریت فقیه اداره شود و به سرگردانی های زندگی های غیر دینی گرفتار نشویم.

غم عصر جمعه

بعضی مواقع در عصر روزهای جمعه احساس کسالت و افسردگی می کنید زیرا در عصرهای جمعه از یک طرف راه اُنس با عالم غیب بیشتر فراهم است و روح ما آن را احساس می کند و از طرف دیگر از آن غافلیم و خود را مشغول زندگی دنیایی کرده ایم. به طوری که روح از یک طرف احساس می کند باید در عالم دیگری به سر ببرد و دلش در حال و هوای آنجاست ولی از طرف دیگر ما آن را مشغول بازی های دنیایی کرده ایم و در نتیجه از جای اصلی اش که حضور در عالم غیب است محروم شده است. ما با توجه بیش از حد به بدن، خود را آماده نکرده ایم تا در عصر جمعه با عالم غیب و امام زمانمان اُنس بگیریم و به همین جهت در خود احساس ناراحتی می کنیم، در حالی که اگر در طول هفته مراقبت ها و مواظبت های لازم را انجام می دادیم و روح خود را برای اُنس با عالم غیب و معنویت آماده می کردیم، نه تنها عصر جمعه برایمان غمناک نبود، بلکه نسبت به سایر روزها از آرامش و نشاط بیشتری برخوردار می شدیم به طوری که احساس می کردیم در تنهاییِ عصر جمعه به گمشده ی خود دست یافته ایم.

عصـر جمعه شبیه عصر یک زندگی است که باید انسان در روزهای آخر زندگی، خود را آماده کرده باشد از این دنیا به عالم غیب و معنویت سـفر کنـد و با شادی های قیامتی روبه رو شود. اگر در زندگی - که در واقع یک جمعه بیشتر نیست - خود را برای ورود به عـالم غیب و قیـامت آمـاده کرده باشـید، در عصـر زنـدگی آرامش خـوبی را در خـود احسـاس می کنیـد و روز شماری می کنید که هرچه زودتر به سوی عالم غیب بروید و راز و رمزهای آن جا را بیشتر بشناسـید و در آن دنیای فوق العاده گسترده با زیباترین حقایق به سر ببریـد. ولی اگر در طول زندگی، خود را برای ورود به عالم غیب آماده نکرده باشـیم، چقدر روبه روشدن با پیری و برزخ و قیامت برای ما وحشتناک خواهد شد و چقدر روح ما با آن شرایط احساس ناهماهنگی می کند و عملاً انسان در آن حالت با تمام عذاب هایی که خداوند در قرآن از آن ها خبر داده روبه رو می شود.

خود حقیقی، دریچه ی ارتباط با حقایق

باز گردیـد به بحثی که در رابطه با مَن و تن داشتیم: وقتی شـما در آینه نگاه می کنیـد می گویید خودم را دارم می بینم، سؤال ما این است که خودتان کدامیـد؟ آن کسـی که در آینه است و یا آن که بیرون آینه است و تصویرش در آینه می باشد؟ شاید فوراً کسی بگوید این که در آینه است من هستم و به آن اشاره کند، بعد که کمی فکر

ص: ۵۸

کرد و جوابش را اصلاح نمود، خواهد گفت: خودم این هستم که بیرون از آینه است و آنچه در آینه است تصویر من است. وقتی بیشتر فکر کند می گوید: خودم آن کسی هستم که می فهمد آن چه در آینه است تصویر یک جسمی است که در بیرون آینه قرار دارد.

آری وقتی در آینه نگاه می کنید می فهمید شما یک خودی دارید که بدنش بیرون آینه است و عکس بدنش در آینه است و انسان می فهمد که خودش، خودش است. روی این جواب ها خوب فکر کنید که راستی خودمان کدام هستیم؟!

ملاحظه می کنید که هر چه در خود عمیق تر فکر کنیم شناخت کامل تری از خود به دست می آوریم و به همان اندازه در شناخت حقایق هستی نیز عمیق تر و کامل تر می شویم و برعکس، هر چه از خودِ حقیقی دور و نسبت به آن جاهل باشیم، از حقایق هستی و از توحید خداوند بیشتر دور می شویم. در همین رابطه امیرالمؤمنین علیه السلام می فرمایند: «لَاتَجْهَلْ نَفْسَكَ فَإِنَّ الْجَاهِلَ مَعْرِفَةَ نَفْسِهِ جَاهِلٌ بِكُلِّ شَيْ ءٍ»(۱) به خود جاهل مباش زیرا که جهل به خود، جهل به همه چیز است.

وقتی معلوم شد درست نشناختن خود برابر است با نشناختن همه چیز، حالا اگر انسان برای خودش، یک خودِ دروغینی بسازد، در

ص: ۵۹

۱- تصنیف غرر الحکم و درر الکلم، ص۲۳۳.

این صورت بدون آن که خود بداند به همه چیز جاهل است و همه چیز را دروغین می بیند، و اگر خودش را درست بشناسد، همه چیز را درست می بیند. انسانی که خود را گم کرد، خودش برای خودش دروغ می شود. امیرالمؤمنین علیه السلام می فرمایند: «عَجِبْتُ لِمَنْ یَجْهَلُ نَفْسَهُ کَیْفَ یَعْرِفُ رَبَّهُ»(۱) در تعجبم از کسی که به خود جاهل است چگونه می تواند پروردگار خود را بشناسد. و نیز می فرمایند: «اَعظَمُ الْجهلِ جَهْلُ الانْسانِ اَمْرَ نَفْسِه»(۲) بالاترین جهل و نادانی، جهل انسان به خودش است.

در این جلسه ما می خواستیم که با شما عزیزان صحبتی دوستانه در رابطه با شناخت «مَن» داشته باشیم و در این قدم اوّل با هم به این سؤال فکر کنیم که «مَن کو؟!» تا از این طریق پنجره ای به سوی «شناخت خودِ حقیقی» گشوده باشیم. امید است که قدم های بعدی را شما بتوانید به لطف الهی با استفاده از کتاب هایی که در رابطه با خودشناسی یا معرفت نفس نوشته شده، بردارید.(۳)

«والسلام علیکم و رحمهالله و برکاته»

ص: ۶۰

۱- شرح غررالحکم، ج ۴، ص ۲۴۱، شماره ۶۲۷۰.

۲- شرح غررالحکم، ج ۲، ص ۳۸۷، شماره ۲۹۳۶.

۳- کتاب های «آشتی با خدا از طریق آشتی با خود راستین»، «ده نکته از معرفت نفس» و «خویشتن پنهان» از همین مولف و کتاب «شرح معرفت النفس از حجت الاسلام صمدی آملی» برای خودشناسی مفیدند.

تأثیر حرکات ورزشی بر روح

اشاره

ص: ۶۱

بسم الله الرحمن الرحیم

برای روشن شـدن تـأثیر حرکات ورزشـی بر روح و برای این که روشن شود انسان ها می تواننـد با ورزش، روح خود را رشـد بدهند، در ابتدا مثالی می زنم تا موضوع برای شما قابل لمس باشد.

هرکس بدنش را در اختیار بگیرد، زنده تر است

وقتی من دسـتم را بالا می آورم، این دست مرا چه کسـی بالا می آورد؟! معلوم است که خود من این کار را می کنم ولی اگر من بمیرم، نمی توانم دسـتم را بالا بیاورم، چون «مَن» پس از مرگم به بدنم احاطه ندارم، به همین خاطر این بدن حرکت ندارد؛ پس انسـانِ زنـده به کسـی می گوینـد که بتوانـد بـدنش را در اختیار خودش بگیرد. حال براساس این قاعـده انسانِ زنـده تر به کسی می گویند که بدنش را بیشتر و بهتر بتواند در اختیار خودش بگیرد. بعضی ها که بدنشان از نظر ظاهری، شکل و ترکیب مناسبی ندارد به جهت آن است که بدنشان تا حدّی در اختیار روحشان نیست.

ص: ۶۳

روح انسان همیشه زیباست و قرآن در آن رابطه می فرمایـد: «وَ نَفْسٍ وَ ما سَوّیها»(۱)، یعنی «سوگند به روح و آن همه تعادل و زیبـایی» و وقتی قرآن در مورد انسان می فرمایـد: «فَتَبارَکَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِینَ»(۲) بنـا به فرمایش علامه ی طباطبایی«رحمه الله علیه» نظر به روح انسان دارد که اَحْسَنُ المخلوقین است.(۳)

پس روح همه ی انسان ها زیباست و اگر زمینه ی ظهور فرمان های روح در بـدن فراهم شود، همه ی بـدن ها - در عین تنوّع- زیبـا خواهنـد بود. ولی اگر به عنوان مثـال در دوران جنینی به جهت شـرایط نامنـاسب جنین در شـکم مـادر، روح نتوانـد بـدن منـاسب خود را بسازد، وقتی کودک متولّـد می شود، بـدنش مناسب روحش نیست، در حالی که اگر در دوران جنینی شـرایط جنین منـاسب بـود و مـادر از نظر روحی و جسـمی و از نظر تغـذیه، شـرایط منـاسبی داشت، روحِ جنین، بـدنی مطـابق خود می سـاخت و در نـتیجه بـدنِ متنـاسبی برای خود به وجود می آورد و آن بـدن می توانست نمـایش روح خود باشـد و چون اصـلِ خلقتِ روح زیبا و متعادل است، بدن هم زیبا و متعادل می شد.

۱- سوره ی شمس، آیه ی ۷.

۲- سوره ی مؤمنون، آیه ی ۱۴.

۳- به تفسیر المیزان ذیل آیه ی ۱۴ سوره ی مؤمنون رجوع شود.

بدن هایی که مانع ظهور زیبایی های روح اند

اگر روح کسی درست بر بدنش حکومت نکند، اسیر بدن است و تکلیف روح را هوس های بدن تعیین می کنند. چنین انسانی از ظهور زیبایی های روح در بـدنش محروم است، وقتی روح نتوانست بر بـدن حکومت کند، به عنوان مثال شـکم انسان هرجا دلش خواست می رود و روحِ گرفتـار میل های بـدن هیـچ کاری در کنترل شـکم نـدارد، در این حالت فرمانـده ی واقعی -که باید روح باشد- از فرماندهی عزل شده و در زندان میل های مربوط به بدن گرفتار شده است.

تا انسان نمرده است می توانـد بـدن خود را تـدبیر کنـد و با حاکمیت عقل بر بـدن، زیباترین بدن را برای خود بسازد، ولی اگر روح ما بر بدنمان مسلّط نبود به دنبال هوس های بدنمان و تحت تأثیر آن ها خواهیم بود، در این حالت هرچه بدن خواست می خوریم و هر چقدر بدن خواست بخوابد، می خوابیم، آن وقت اطراف قلب و ریه و شـکم و بقیه ی اعضاء پر از چربی و پیه می شود و تبدیل به یک انسان تنبل می شویم.

بـا غفلت از حـاکمیت روح بر بـدن، تنبلیِ اوّلیه در ما شـروع می شود و به دنبال آن تنبلی های ثانویه ای را برای خود به وجود می آوریم و آن تنبلی همین طور ادامه خواهد یافت. روحِ بیچاره هم همین طور روز به روز بیشتر اسیر امیال مربوط به بدن می شود.

وقتی روح بر بدن حاکم باشد

اگر بدن تابع روح باشد و جنبه ی معنوی انسان بر جنبه ی مادی او غالب شود آن قدری غذا می خواهد که روح او بتواند بدن خودش را زیبا نگه دارد، چون روح زیباست، کافی است ما به جای نظر به بدن، به روح خود توجه کنیم و بخواهیم نیازهای روحی خود را برآورده سازیم، در آن صورت روح ما به بهترین شکل بدن ما را تدبیر می کند و میل های ما را در کنترل خود قرار می دهد که از حدّ متعادل خود خارج نشود و روح را از تحرک و پرواز باز ندارد. امّا اگر با توجه بیشتر به بدن، امیال مربوط به بدن بر روح حکومت کند، هیچ وقت از خوردن دست بر نمی دارد، انسان در آن حالت آن قدر می خورد که دیگر نتواند بخورد و حرصِ بیشترخوردن در او تمام نمی شود. وقتی حرصِ خوردن به میدان بیاید هرگز انسان سیر نمی شود، به این جهت وقتی از خوردن دست می کشد که دیگر جایی برای خوردن نداشته باشد. این حالت را مقایسه کنید با وقتی که روح انسان بر بدن او حاکم باشد و شما نظر به روح خود داشته باشید و بخواهید روح شما امکان پرواز به عالم معنا را در خود حفظ

کند در این حالت به اندازه ای که بدن غذای مناسب خود را خورد، دیگر خوردن را ادامه نمی دهید.(۱)

روزهایی که عاقلانه و روی حساب ورزش می کنید و در حین ورزش بر روی بدنتان تمرکزتان را از دست نمی دهید، وقتی سر سفره ی غذا می نشینید چون از حالت تمرکز خارج نمی شوید به مقدارِ مورد نیاز بدن تان، غذا می خورید و حرصِ خوردن غذای بیشتر در شما حاکم نیست، چون روح و تمرکز روحی بر بدن حاکم است. ولی روزی که روی حساب ورزش نمی کنید و فقط به فکر غلبه ی بر حریف و نگران باختن به او هستید، با چنین ذهن پریشانی سر سفره ی غذا چون تمرکز لازم را ندارید، بی حساب غذا می خورید. به همین جهت است که باید عرض کنم، اگر ورزش جهت و هدف صحیحی نداشته باشد نه تنها نفع ندارد، بلکه ضرر هم دارد. نمونه اش هم آدم هایی که فقط ورزش می کنند که زورشان زیاد شود، این ها پس از مدّتی دارای هیکلی بدقواره، همراه با انواع بیماری ها هستند.

ورزش یکی از روش هایی است که می توان از طریق آن، روح را بر بدن حاکم کرد. البته به شرطی که در ورزش کردن جهت گیری

ص: ۶۷

۱- در موقعی هم که انسان ها با رژیم غذایی سعی می کنند تناسب اندام خود را حفظ کنند قوه ی واهمه ی آن ها میل های بدن شان را کنترل می کند ولی از آن جایی که قوه ی واهمه پایدار نیست پس از مدتی انسان مقاومت خود را در مقابل میل های بدن از دست می دهد، در حالی که اگر رجوع انسان به خدا باشد و با نور الهی میل های بدن کنترل شود این کنترل دائماً می ماند و در انسان یک نوع پرهیزکاریِ معنوی به صورت ملکه در می آید.

شما این باشد که روحتان را بر بدنتان حاکم کنید و هرگز در ورزش کردن تمرکز لازم را فراموش ننمایید.

چگونگی حاکمیت روح بر بدن

تمرکزِ روح در حین حرکات ورزشی و در کنار تمرینات منظم بر روی بدن، می تواند بدن را در اختیار روح در آورد و همه ی تناسب ها و انضباط هایی را که روح برای بدن تصوّر می کند در بدن به وجود آورد. البته باید قصدتان از ورزش تسلّط پیدا کردن بر بدنتان و بر میل های افراطی آن باشد تا به نتایج بسیار خوبی برسید. ولی اگر هدفتان قوی شدن بدن و خودنمایی باشد، از ورزش کردن هیچ نتیجه ای نمی گیرید، نه روحتان عالی می شود نه بدنتان در اختیار روح می ماند و نه قلبتان صیقل می خورد، خیلی زود بدن از دستتان رها می شود و میل های خودش را بر شما حاکم می کند.

وقتی در ورزش کردن، روح را جهت ندهید و فقط بدن خود را حرکت دهید و تمرین کنید، حرص غذا خوردن را نمی توانید در خود کنترل کنید تا به آن نوع وارستگی که به عنوان یک ورزشکار، نیاز دارید برسید ولی وقتی در تمرینات خود روح را جهت دادید، می توانید بدن را که مانع تحرک و پرواز روح است، از طریق تمرین و فرمان های دائمی که به بدن می دهید، در کنترل و تسلّط خود در آورید. به این صورت که با هدف حاکمیت روحتان بر بدنتان ورزش

کنید. نه این که صرفاً هدف از تمرینات این باشد که بدنتان خوش ترکیب و خوش اندام شود. کسی که ورزش می کند تا اندام زیبا پیدا کند و در راستای رسیدن به وارستگی و حاکمیت بر امیال خود ورزش نمی کند، این آدم پس از مدّتی اندامش به هم می ریزد و وقتی ۵۰ ساله شد از آن همه ورزش و تمرینی که داشت هیچ بهره ای نخواهد برد. شاید بگویید چون دیگر ورزش نمی کند این شکلی شده است. درست می گویید ولی باید روح او در حین تمرینات طوری آماده می شد که وقتی در سن ۵۰ سالگی می خواهد غذا بخورد براساس حاکمیت روحی غذا بخورد که بدنِ مناسبِ مدیریت روح، مدّ نظرش باشد و نه بدنی که هرچه خواست بخورد و هر چقدر خواست بخوابد.

اگر روحتان در میدان باشد و به تحرک و پرواز معنویِ خود نظر داشته باشد آنچنان بزرگ و با همّت می شود که ناخودآگاه غذایی را که می خورد، در بدنش بر اساس ماهیت روح اش تنظیم و تقسیم می شود. روحی که جهت دارد، به هر عضوی به اندازه ی مناسب غذا می رساند، ولی وقتی روح جهت نداشته باشد در تنظیم غذا بین اعضاء کاری از پیش نمی برد، به همین جهت ملاحظه می کنید یک دفعه گردنِ طرف بسیار نازک و شکمش بزرگ شده است.

اگر روح انسان از هوس ها آزاد شد و توانست مدیریت خود را بر بدن خود اِعمال کند به هر عضو که بیشتر فعالیت داشت غذای

بیشتر و مناسبِ خود را می رسانـد، در آن صورت به شـکم که کار کمتری می کنـد، غذای کمتری می دهد و به ماهیچه های دست و پا، غذای بیشتری می رساند و در نتیجه ملاحظه می کنید چنین انسانی شکم ندارد، اما ماهیچه های دست و پای خوبی دارد. ولی روحی که به جهت نداشـتن تمرکز، ناتوان شد در کمر و شـکم اش چربی بیشتری جمع می شود و به ماهیچه های پا غذای کمتری می رساند، آن وقت تناسبی بین شکم و ماهیچه ها مشاهده نمی شود.

نتایج حاکمیت روح بر بدن

اگر انسـان توانست روحِ خود را بر بـدنش حـاکم کنـد به دو نتیجه دست می یابـد، به یـک نتیجه ی موقّت و به یـک نتیجه ی دائم. نتیجه ی موقتش آن است که بـدنتان تناسب پیـدا کنـد و نتیجه ی دائم این که بعـد از مدّتی اراده تان قوی می گردد و بر بدن تان و میل ها و حرص های افراطیِ آن حکومت می کنید و روح شـما نه تنها به اندازه ای که هر عضوی نیاز دارد غذا می دهـد بلکه دیگر تحت تـأثیر هـوس هـای خـود قرار نمی گیرد و به عنوان انسـانی خود سـاخته قلبش برای فهم مسائـل معنوی و توحیدی آماده می شود.

انسان مؤمن، اولاً؛ روحش را اسـیر بدن و شـهوت نمی کند، ثانیاً؛ بدنش را به کار می گیرد و نمی گذارد تنبل باشد، برای این که روحش بزرگ بماند و همت های عالی در او رشد کند.

ص: ۷۰

دائماً توجّه داشته باشید که از انگیزه ی اصلی ورزش کردن غفلت نکنید. آیا می خواهید ورزش کنید تا برای دیگران قیافه بگیرید و یا می خواهید بر امیال بدنتان مسلّط شوید و اجازه ندهید بدنتان بر شما حکومت کند و اراده تان قوی شود؟ اگر اراده قوی شد، بدن تحت تسلّط شماست، حرصِ غذاخوردن کنترل می شود و به قدر نیاز غذا می خورید و روح برای پرواز به سوی حقایق معنوی آمادگی لازم را دارد. این جاست که مقدار نیاز جسم را خودِ روح - به جهت آن شعور معنوی و خدادادی که دارد- تعیین می کند.

ورزش؛ دریچه ی کنترل امیال

بعضی اوقات احساس می کنید دلتان غذا می خواهد، هرچند می دانید که سیر هستید و بدنتان نیاز به غذا ندارد، ولی دلتان می گوید غذا می خواهم، این یک نوع حرص و شهوت است که در بدن پیدا شده ولی روح متوجه است نباید چیزی بخورد، چون حقیقتاً نیاز ندارد. برای قوه ی شهویه، حرصِ غذاخوردن مطلوب است بدون آن که بخواهد غذا بخورد برای رفع گرسنگی. وقتی انسان می تواند از دست این حرص نجات پیدا کند، که روحش متعالی شود وگرنه تحت تأثیر همان حرص شروع می کند به غذاخوردن و کشش های عالی روح را در نظر نمی گیرد در حالی که به قول مولوی:

جان

گشاید سوی بالا، بال ها

در

زده تن در زمین چنگال ها

ص: ۷۱

وقتی روح - با آزادشدن از میل های بدن- بزرگ و متعالی شد می تواند بر حرص ها و میل هایِ بی جا حکومت کند و اجازه ندهد عنان روح در اختیار امیال بدن قرار گیرد. به عنوان مثال؛ روحِ بزرگ حاضر نیست به نامحرم نگاه کند، هرچند شهوتش بگوید نگاه کن. بین شهوت بدن و روح جنگ و نزاع پیش می آید، وقتی چشمت به نامحرم افتاد شهوت می گوید: ادامه بده، روحِ تربیت شده می گوید: ادامه ی نگاه حرام است. اگر تمرین کردید که نگاه نکنید، در دفعات بعدی که با نامحرم روبه رو شدید به راحتی نگاه نمی کنید و بدین شکل بر امیال خود مسلّط می شوید. موضوع تسلّط بر سایر میل ها هم همین طور است. باید راه کنترل میل ها را پیدا کنیم، و ورزش در این راه می تواند به ما کمک کند، زیرا در ورزش و در تمرینات، دائماً به بدن فرمان می دهید و همین کار دریچه ای می شود که بتوانید به میل های بدن نیز فرمان دهید و بر آن ها مسلط شوید.

ورزش و تقویت اراده

نتیجه ی ورزش این است که روح بر بدن حاکم می شود و در نتیجه ی ورزش و تمرینات ممتد، اصرار بدن بر میل هایش ضعیف می گردد و مقاومت بدن در برابر فرمان روح، کم می شود. اگر خوب ورزش کردید و به خانه رفتید و در حالی که لیوان آب در چند متری شماست، به مادرتان که نزدیک لیوان است دستور دادید لیوان آب

را به شما بدهد، شما در ورزش مردود شده اید! چون عموماً کسانی که نمی توانند بر بدنشان حکومت کنند در کارهای عادیِ زندگی که خودشان می توانند انجام دهند، به دیگران دستور می دهند، چون بدنشان بی حال و تنبل است و فرمان روحشان را نمی پذیرد و قدرت فرمان دادن به این بدن را در خود رشد نداده اند و به همین جهت به دیگران دستور می دهند. کسی که ورزش می کند نباید بدنش در مقابل روحش قدرت مقاومت داشته باشد و در فرمان دادن به بدنش ناتوان باشد و به دیگران دستور بدهد که کارهای او را انجام دهند.

حضرت امام کاظم علیه السلام در نامه ای که به یکی از اصحاب خود می نویسند، می فرمایند: «فریب کاری و دشنام و دستوردادن از اخلاق مؤمنان نیست»(۱) شخصی نزد پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم آمد و گفت: «چه کار کنم تا به بهشت بروم؟» پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم فرمودند: «به کسی دستور نده و کارهای خودت را خودت انجام بده» او تلاش کرد توصیه ی پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم را عمل کند. در یکی از جنگ ها وقتی سوارِ بر اسب، در حال جنگیدن بود، در حالی که شمشیرش به دست راستش بود، دشمن دست راستش را قطع کرد. دست و شمشیرش روی زمین افتاد. خواست به کسی دستور بدهد که شمشیر او را بردارد و به دست چپ او بدهد تا در حالی که سوار بر اسب است جنگ را ادامه

۱- محمد باقر کمره ای، ترجمه ی روضه ی کافی، ج ۱، ص ۲۴۰.

دهد، یک دفعه یادش آمد که تصمیم گرفته به کسی دستور ندهد. خودش با زحمت بسیار از اسب پیاده شد و شمشیر را به دست چپ گرفت و سوار اسب شد و جنگ را ادامه داد و بعد از جنگ خوشحال بود که در آن حال هم نصیحت پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم را عملی کرده است. این آدم به خوبی از عهده ی حکومت و تسلّط بر بدنش برآمده و پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم شرط نجات او را همین نکته می دانستند.

نکته ی آخر این که: وقتی روح انسان بزرگ شد، تصمیم های پست و بیهوده نمی گیرد. بعضی ها آن قدر پست هستند که افتخارشان کارنکردن و از زیر کار دررفتن است. از افتخارات پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم و ائمه علیهم السلام این است که کار و فعالیت می کردند، نه برای این که فقط پول درآورند، بلکه کارکردن به خودی خود نشانه ی قدرت روحی است. حضرت علی علیه السلام می فرمایند: انتقال دادن سنگ ها تا نوک قلّه ها برای من بهتر از این است که بقیه برای من کار کنند.(۱)

۱- حضرت می فرمایند: لَنَقْلُ الصَّخْرِ مِنْ قُلَلِ الْجِبالِ احَبُّ الَیَّ مِنْ مِنَنِ الرِّجالِ یَقولُ النّاسُ لی فِی الْکَسْبِ عارٌ فَانَّ الْعارَ فی ذُلِّ السُّؤالِ برای من سنگ کشی از قلّه های کوه (یعنی چنین کار سختی) گواراتر و آسان تر است از این که منّت دیگران را به دوش بکشم. به من می گویند: در کار و کسب ننگ هست، و من می گویم: ننگ این است که انسان مالی نداشته باشد و از دیگران بخواهد. (دیوان أمیرالمؤمنین علیه السلام. میبدی، حسین بن معین الدین ص ۳۴۰)

وقتی روح انسان بزرگ شد دیگر عمل زشت و حرام انجام نمی دهد، چون پوچی و بیهودگیِ این نوع کارها را می فهمد. امیرالمؤمنین علیه السلام می فرمایند: «مَنْ كَرُمَتْ عَلَيْهِ نَفْسُهُ هانَتْ عَلَيْهِ شَهَواتُهُ»(۱) آن که نفسش برایش عزت و شرف داشته باشد و احساس شرافت و کرامت برای نفس خود بکند، شهوات در نظرش خوار است. یعنی اگر کرامت نفس در انسان پیدا شود، شهوت پرستی را رها می کند. کرامت نفس انسان را متوجه خودی می کند که دارای مقامی عالی است و مبرا از این است که خود را به چیزهای پست آلوده کند.

ورزش؛ عامل سیر به عالَم معنا

اگر ورزش کردن مبنای فکری نداشته باشد و فقط بر اساس تحریک خیالات انجام شود، آن نتیجه ی عالی را به دنبال ندارد، ولی اگر انگیزه ی شما در ورزش کردن تمرکز و حاکمیت بر بدنتان بود و بدن با تمرکز و تمرینات ورزشی، حکومت روح را پذیرفت، روحتان به راحتی می تواند با عالم غیب و معنویت ارتباط پیدا کند. این که روح حضرت علی علیه السلام می توانست به راحتی با عالم غیب و معنویت ارتباط پیدا کند به آن جهت بود که حضرت حاکم بر بدن خود بودند. و جسم حضرت و میل های بدن دائماً ایشان را به طرف

۱- نهج البلاغه، حکمت ۴۴۱.

خودش نمی کشید و لذا حضرت فرصت سیر به سوی عالم غیب و معنویت را داشتند. ورزشکاری که نتواند از طریق ورزش، برنامه ای جهت حاکمیت بر بدن خود بریزد و پس از مدّتی بدنش بر او حاکم شود، سیری به سوی عالم معنویت نخواهد داشت.

گفتیم کسی که فقط مشغول بدنش است، چه بخواهد و چه نخواهد گرفتار بدن می شود و در نتیجه روحش اسیر بدن می گردد و روح چنین آدمی قدرت پرواز و سیر به سوی عالم غیب را از دست می دهد، چنین انسانی روح بزرگ و عظیمی ندارد. علت این که جهان پهلوان تختی مورد توجه مردم بود، پهلوانی اش نبود، مردم متوجه عظمت روحی او بودند. او در مسابقات جهانیِ کشتی وقتی فهمید دست راست رقیبش آسیب دیده است، در آن مدّتی که با رقیبش در حال کشتی گرفتن بود مواظب بود به دست راست او دست نزند. این نوعِ پیروز شدن بسیار بزرگ تر از پیروزی های دیگری بود که او به دست آورد، امثال این کارها او را جهان پهلوان تختی کرد. او یک عمر تلاش کرد تا بتواند بر بدنش حاکم شود و برای این که بر بدنش حاکم شود باید جلو غرایز خود بایستد و آن ها را کنترل کند.

ورزشکار واقعی در راستای حاکمیتِ بر بدنش به میدان مسابقه وارد می شود تا بر بدن رقیبش هم حاکم شود، ولی اگر کبر و خود خواهی اش بر او حاکم شد، در عین پیروزی، شکست خورده

است چون در واقع کبر و خودخواهی اش بر او پیروز شده و او از آن ها شکست خورده است. اساساً مسابقات ورزشی در عرف اهل معنا و پهلوانان حقیقی، یک نحوه تمرین برای تسلّط بر میل های سرکش خودشان است. آن ها در میدان مسابقه، رقیب را در واقع خودشان می گیرند و تلاش می کنند با همه ی فنون بر خودشان که می خواهد از دست خودشان فرار کند پیروز شوند، و به همین جهت هم پس از پیروزی، متواضع تر می شوند، چون بر کبر خود مسلّط شده اند.

اگر روحتان را با ریاضت های جسمی و روحی جهت بدهید، می توانید آن قدر قوی شوید که بدنتان را مثل یک پرکاه بلند کنید. حضرت عیسی علیه السلام روی آب راه می رفتند(۱)

و مهم تر این که آن حضرت و حضرت ادریس به آسمان رفتند. البته چنین قدرتی نیاز به معنویت بسیار دارد، چون «حیات» مربوط به روح است، روح اگر در بدن نباشد بدن می میرد. از طرفی؛ حیات واقعی و اصیل از خداوند است حالا اگر روح شدیداً به خدا وصل شود، حیاتش شدید می شود، آن وقت در اثر آن حیاتِ شدید، تمام بدن به طور مطلق در دست انسان است. حضرت علی علیه السلام درِ قلعه ی خیبر را بنا به فرمایش خودشان، با قدرت الهی از جا درآوردند و آن را چهل ذرع آن

۱- بحارالأنوار، ج ۶۷، ص ۱۷۹

طرف تر پرتاب کردند.(۱)

اگر با حیّ قیّوم ارتباط پیدا کنید روح و جسـمتان قدرت عجیبی پیدا می کنند و ورزش حقیقی در اسـلام برای همین حاکمیت بر بـدن و غرایز بدنی از طریق ارتباط با خدای حیّ قیّوم است، در حقیقت هدفمان از ورزش، هموار کردن راه ارتباط با خدای حیّ قیّوم است.

آرزومندم از طریق ارتباط با حیّ قیّوم، ورزشکار قدرتمندی شوید تا در حقیقت به علی علیه السلام اقتدا کرده باشید.

«والسلام علیکم و رحمهالله و برکاته»

۱- حضـرت امیرالمؤمنین علیه السـلام می فرمایند: «وَاللَّهِ مَا قَلَعْتُ بَابَ خَيْبَرَ بِقُوَّهٍ جِسْمَانِيَّهٍ وَ لَكِنْ بِقُوَّهٍ رَبَّانِيَّه»(إرشاد القلوب إلى الصواب، ج ۲، ص ۲۴۶) به خـدا قسم من آن در را به قوّت جسـمانی خود از جـا نکنـدم، ولکن آن را با قوّت ربّانی معنوی از جای کندم.

آثار منتشر شده از استاد طاهرزاده

- گزینش تکنولوژی از دریچه بینش توحیدی
- علل تزلزل تمدن غرب
- آشتی با خدا ازطریق آشتی باخود راستین
- ده نکته از معرفت نفس
- کربلا، مبارزه با پوچی ها
- زیارت عاشورا، اتحادی روحانی با امام حسین علیه السلام
- فرزندم این چنین باید بود (شرح نامه حضرت علی به امام حسن«علیهما السلام»، نهج البلاغه، نامه ۳۱)
- فلسفه حضور تاریخی حضرت حجت عجل الله تعالی فرجه الشریف
- مبانی معرفتی مهدویت
- مقام لیله القدری فاطمه علیها السلام
- از برهان تا عرفان (شرح برهان صدیقین و حرکت جوهری)
- جایگاه رزق انسان در هستی
- زیارت آل یس، نظر به مقصد جان هر انسان
- فرهنگ مدرنیته و توهّم
- دعای ندبه، زندگی در فردایی نورانی
- معاد؛ بازگشت به جدّی ترین زندگی
- بصیرت حضرت فاطمه علیها السلام
- جایگاه و معنی واسطه فیض
- آنگاه که فعالیت های فرهنگی پوچ می شود

• صلوات بر پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم؛عامل قدسی شدن روح

• عوامل ورود به عالم بقیت اللهی

ص: ۷۹

- اسماء حسنا، دریچه های نظر به حق
- امام خمینی«رضوان الله تعالی علیه» و خودآگاهی تاریخی
- امام و امامت در تکوین و تشریع
- امام و مقام تعلیم به ملائکه
- خویشتن پنهان
- جایگاه اشراقی انقلاب اسلامی در فضای مدرنیسم
- مبانی نظری و عملی حب اهل بیت علیهم السلام
- ادب خیال، عقل و قلب
- عالم انسان دینی
- جایگاه جنّ و شیطان و جادوگر در عالم
- هدف حیات زمینی آدم
- زن، آن گونه که باید باشد
- خطر مادی شدن دین
- چگونگی فعلیت یافتن باورهای دینی
- هنر مردن
- راز شادی امام حسین علیه السلام در قتلگاه
- تمدن زایی شیعه
- حقیقت نوری اهل البیت علیهم السلام
- بصیرت و انتظار فرج
- آخرالزمان؛ شرایط ظهور باطنی ترین بُعد هستی

· سلوک ذیل شخصیت امام خمینی «رضوان الله تعالی علیه»

رمضان دریچه رؤیت

ص: ۸۰

درباره مرکز

بسمه تعالی

هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ

آیا کسانی که می‌دانند و کسانی که نمی‌دانند یکسانند ؟

سوره زمر/ ۹

مقدمه:

موسسه تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان، از سال ۱۳۸۵ هـ.ش تحت اشراف حضرت آیت الله حاج سید حسن فقیه امامی (قدس سره الشریف)، با فعالیت خالصانه و شبانه روزی گروهی از نخبگان و فرهیختگان حوزه و دانشگاه، فعالیت خود را در زمینه های مذهبی، فرهنگی و علمی آغاز نموده است.

مرامنامه:

موسسه تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان در راستای تسهیل و تسریع دسترسی محققین به آثار و ابزار تحقیقاتی در حوزه علوم اسلامی، و با توجه به تعدد و پراکندگی مراکز فعال در این عرصه و منابع متعدد و صعب الوصول، و با نگاهی صرفا علمی و به دور از تعصبات و جریانات اجتماعی، سیاسی، قومی و فردی، بر مبنای اجرای طرحی در قالب « مدیریت آثار تولید شده و انتشار یافته از سوی تمامی مراکز شیعه» تلاش می نماید تا مجموعه ای غنی و سرشار از کتب و مقالات پژوهشی برای متخصصین، و مطالب و مباحثی راهگشا برای فرهیختگان و عموم طبقات مردمی به زبان های مختلف و با فرمت های گوناگون تولید و در فضای مجازی به صورت رایگان در اختیار علاقمندان قرار دهد.

اهداف:

۱.بسط فرهنگ و معارف ناب ثقلین (کتاب الله و اهل البیت علیهم السلام)

۲.تقویت انگیزه عامه مردم بخصوص جوانان نسبت به بررسی دقیق تر مسائل دینی

۳.جایگزین کردن محتوای سودمند به جای مطالب بی محتوا در تلفن های همراه ، تبلت ها، رایانه ها و ...

۴.سرویس دهی به محققین طلاب و دانشجو

۵.گسترش فرهنگ عمومی مطالعه

۶.زمینه سازی جهت تشویق انتشارات و مؤلفین برای دیجیتالی نمودن آثار خود.

سیاست ها:

۱.عمل بر مبنای مجوز های قانونی

۲.ارتباط با مراکز هم سو

۳.پرهیز از موازی کاری

۴.صرفا ارائه محتوای علمی

۵.ذکر منابع نشر

بدیهی است مسئولیت تمامی آثار به عهده ی نویسنده ی آن می باشد .

فعالیت های موسسه :

۱.چاپ و نشر کتاب، جزوه و ماهنامه

۲.برگزاری مسابقات کتابخوانی

۳.تولید نمایشگاه های مجازی: سه بعدی، پانوراما در اماکن مذهبی، گردشگری و...

۴.تولید انیمیشن، بازی های رایانه ای و ...

۵.ایجاد سایت اینترنتی قائمیه به آدرس: www.ghaemiyeh.com

۶.تولید محصولات نمایشی، سخنرانی و...

۷.راه اندازی و پشتیبانی علمی سامانه پاسخ گویی به سوالات شرعی، اخلاقی و اعتقادی

۸.طراحی سیستم های حسابداری، رسانه ساز، موبایل ساز، سامانه خودکار و دستی بلوتوث، وب کیوسک، SMS و...

۹.برگزاری دوره های آموزشی ویژه عموم (مجازی)

۱۰.برگزاری دوره های تربیت مربی (مجازی)

۱۱. تولید هزاران نرم افزار تحقیقاتی قابل اجرا در انواع رایانه، تبلت، تلفن همراه و... در ۸ فرمت جهانی:

۱.JAVA

۲.ANDROID

۳.EPUB

۴.CHM

۵.PDF

۶.HTML

۷.CHM

۸.GHB

و ۴ عدد مارکت با نام بازار کتاب قائمیه نسخه :

۱.ANDROID

۲.IOS

۳.WINDOWS PHONE

۴.WINDOWS

به سه زبان فارسی ، عربی و انگلیسی و قرار دادن بر روی وب سایت موسسه به صورت رایگان .

درپایان :

از مراکز و نهادهایی همچون دفاتر مراجع معظم تقلید و همچنین سازمان ها، نهادها، انتشارات، موسسات، مؤلفین و همه

بزرگوارانی که ما را در دستیابی به این هدف یاری نموده و یا دیتا های خود را در اختیار ما قرار دادند تقدیر و تشکر می نماییم.

آدرس دفتر مرکزی:

اصفهان -خیابان عبدالرزاق - بازارچه حاج محمد جعفر آباده ای - کوچه شهید محمد حسن توکلی -پلاک ۱۲۹/۳۴- طبقه اول

وب سایت: www.ghbook.ir

ایمیل: Info@ghbook.ir

تلفن دفتر مرکزی: ۰۳۱۳۴۴۹۰۱۲۵

دفتر تهران: ۸۸۳۱۸۷۲۲ ـ ۰۲۱

بازرگانی و فروش: ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹

امور کاربران: ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹